Что значит «самоконтроль» и зачем он нужен?

Под самоконтролем понимают анализ некоторых параметров в домашних условиях:

- самостоятельное определение уровня сахара в крови и моче,
- кетоновых тел (ацетона) в моче,
- измерение веса и артериального давления.

Достоверность результатов, полученных при самоконтроле в домашних условиях, гораздо выше, поскольку они отражают ваше состояние в условиях реальной жизни. Результаты измерений уровня глюкозы в крови, проведенных в поликлинике или стационаре, также как измерение в этих условиях артериального давления, могут оказаться не соответствующим действительности. Во-первых, вы находитесь в совсем в иных, непривычных условиях, а во-вторых, эти измерения единичны и имеют лишь диагностическую ценность. Невозможно корректировать дозы инсулина для лучшего управления диабетом на основании одного результата, полученного когда-то в прошлом.

Проведение самоконтроля позволит вам

- Определить, достигли ли вы целей лечения сахарного диабета.
- Оценить эффективность подобранного лечения
- Самостоятельно или при помощи врача произвести своевременную коррекцию доз инсулина, внести изменения в рацион питания и физическую активность.
- Оценить, как сделанные изменения влияют на управление сахарным диабетом.
- Стать активным участником лечебного процесса, понимать, что с вами происходит и управлять ситуацией.