

Osoba z cukrzycą, aby mogła stać się aktywnym partnerem w procesie ulepszania wyników leczenia i członkiem zespołu leczącego, powinna znać swoje prawa i zadania, czy – jak kto woli – obowiązki. Specjaliści podkreślają, iż zaangażowanie pacjenta, znajomość powinności oraz praw i ich zrozumienie mogą być pomocne we właściwym współdziałaniu chorego z zespołem leczącym, co znajduje przełożenie na lepsze efekty lecznicze.

Pacjent ma prawo:

- do przedstawienia mu szczegółowego i indywidualnego planu leczenia. Powinien zostać zapoznany ze sposobem leczenia. Pełne uczestnictwo w terapii cukrzycy wymaga:
 - zaleceń dietetycznych w formie pisemnej, z uwzględnieniem ilości, jakości oraz czasu spożywanych posiłków,
 - do wskazówek dotyczących typu, intensywności i czasu trwania wysiłku fizycznego w zależności od wieku, płci oraz obciążeń wynikających z innych chorób,
 - do ustalenia dawki oraz czasu przyjmowania doustnych leków obniżających stężenie glukozy we krwi (hipoglikemizujących),
 - do szczegółowych instrukcji dotyczących sposobów podawania insuliny, miejsca oraz czasu wstrzyknięcia,
 - do porady, w jaki sposób należy zmieniać dawki leków doustnych oraz insuliny w zależności od stężenia glukozy we krwi.

Pacjent ma prawo:

- do określenia indywidualnych docelowych wartości dobrej kontroli cukrzycy, czyli jaki powinien być pożądany poziom glikemii, cholesterolu, ciśnienia tętniczego krwi, masy ciała oraz jaki przewidywany jest czas do ich uzyskania,

Prawa i zadania pacjenta z cukrzycą

- do wdrożenia metod intensywnego leczenia cukrzycy i innych chorób współwystępujących,
- do umożliwienia zapobiegania powikłaniom cukrzycy oraz leczenia szczególnych stanów i problemów zdrowotnych.

Pacjent ma prawo:

- do zapewnienia choremu i jego najbliższemu stałej edukacji terapeutycznej,
- do uzyskania informacji o częstotliwości wizyt kontrolnych, terminów wizyt u lekarza prowadzącego, kontaktów i dietetyka oraz o możliwości uzyskania pomocy w stanach nagłych,
- do kontrolowania skuteczności leczenia cukrzycy przez systematyczne badania stężenia glukozy we krwi, poziomu hemoglobiny glikowanej, obecności białka w moczu, oceny dna oczu i innych badań określających ogólny stan zdrowia.

Pacjent ma prawo:

- oprócz informowania go o stanie zdrowia, do uzyskania wiadomości o aktualnych dostępnych udogodnieniach – socjalnych i ekonomicznych, a także o nowych rozwiązaniach technologicznych i zmianach przepisów poprawiających jakość życia chorego z cukrzycą.

Zadania pacjenta:

1. Codzienna kontrola swojej cukrzycy, dzięki czemu zespół leczący zastosuje właściwą pomoc. Pacjent powinien nauczyć się wykonywać i interpretować badania samokontrolne, czyli oznaczanie stężenia glukozy we krwi za pomocą glukometru.
2. Rzetelne prowadzenie dzienniczka samokontroli (zapisywanie swoich obserwacji i wyników badań).
3. Opanowanie umiejętności samodzielnej zmiany dawek leków doustnych i/lub insuliny w zależności od aktualnego stężenia glukozy we krwi.
4. Dbłość o stopy, staranna pielęgnacja, systematyczne i dokładne oglądanie stóp, zapobieganie urazom, używanie właściwego obuwia.
5. Stałe poszerzanie wiedzy o cukrzycy, ciągła

edukacja za pośrednictwem literatury, broszur, czasopism dla osób z cukrzycą oraz poprzez strony internetowe.

6. Regularne wizyty kontrolne, konsultacje, badania laboratoryjne.
7. Przestrzeganie diety cukrzycowej, dbłość o prawidłową masę ciała, utrzymywanie aktywności fizycznej.
8. Rezygnacja z nałogów: nikotynowego i alkoholowego.
9. Nauczyć się zapobiegać, prawidłowo rozpoznawać i właściwie postępować podczas niedocukrzenia.
10. Zapisywać swoje wątpliwości i omawiać je w czasie wizyt u lekarza prowadzącego.
11. Nauczyć się rozpoznawać sytuacje, w których konieczny jest kontakt z zespołem leczącym.
12. Pacjent powinien utrzymywać stały kontakt ze swoim zespołem leczącym, z innymi chorymi na cukrzycę i organizacją działającą na rzecz osób z cukrzycą.

Oprac. J. Lus

Częstotliwość wykonywania badań

Częstość wykonywania badań kontrolnych	Badanie
Podczas każdej wizyty	badanie stóp kontrola masy ciała badanie ciśnienia tętniczego krwi
Raz w roku	badanie dna oczu badanie elektrokardiograficzne (EKG) badanie ultrasonograficzne serca (USG serca) badanie ogólne moczu badanie stężenia kreatyniny w surowicy krwi mikroalbuminuria, dobową utratę białka z moczem badanie neurologiczne: ośrodkowy, obwodowy i autonomiczny układ nerwowy profil lipidowy: – cholesterol całkowity – cholesterol HDL – cholesterol LDL – triglicerydy ocena poziomu edukacji
Co 3 miesiące	badanie poziomu hemoglobiny glikowanej
Co 3 lata	próba wysiłkowa przeływometria dopplerowska tętnic kończyn dolnych i szyjnych co 1-3 lata u chorych z cukrzycą trwającą dłużej niż 5 lat