

ПОДГОТОВКА К ТРЕНИРОВКЕ ДЛЯ УЧЕНИКОВ, ПОЛУЧАЮЩИХ ПОМПОВУЮ ИНСУЛИНОТЕРАПИЮ

ПЛАНИРУЕТЕ ТРЕНИРОВКУ ЧЕРЕЗ 1,5-2 ЧАСА

- 1) Поешьте.
- 2) Снизьте болюс на %.
- 3) Снизьте базальную скорость на % на часов.

СОБИРАЕТЕСЬ ТРЕНИРОВАТЬСЯ СЕЙЧАС

ИЗМЕРЬТЕ УРОВЕНЬ ГЛЮКОЗЫ ПЕРЕД ТРЕНИРОВКОЙ

ОПАСНАЯ ГИПОГЛИКЕМИЯ

Не начинайте тренировку, съешьте г углеводов. Вернитесь к измерению глюкозы через 30 мин.

ГИПОГЛИКЕМИЯ

Съешьте г углеводов и начните тренировку.

ОПТИМАЛЬНАЯ ГЛИКЕМИЯ

Съешьте г углеводов и начните тренировку.

ГИПЕРГЛИКЕМИЯ

Введите инсулин % от обычной дозы. Отложите тренировку, через час вернитесь к измерению глюкозы.

ОПАСНАЯ ГИПЕРГЛИКЕМИЯ

Проверьте исправность помпы и уровень кетонов. **Отложите тренировку и введите коррекционный болюс.** Контроль гликемии через 30 мин.

ИЗМЕРЯЙТЕ УРОВЕНЬ ГЛИКЕМИИ КАЖДЫЕ 30 МИНУТ

ОПАСНАЯ ГИПОГЛИКЕМИЯ

Остановите тренировку. Съешьте г углеводов и вернитесь к измерению глюкозы через 30 мин.

ГИПОГЛИКЕМИЯ

Съешьте г углеводов. Продолжайте тренировку.

ОПТИМАЛЬНАЯ ГЛИКЕМИЯ

Съешьте г углеводов. Продолжайте тренировку.

ГИПЕРГЛИКЕМИЯ

Введите инсулин % от обычной дозы. Продолжайте тренировку.

ОПАСНАЯ ГИПЕРГЛИКЕМИЯ

Остановите тренировку. Проверьте исправность помпы и уровень кетонов. Отложите тренировку и введите коррекционный болюс. Контроль гликемии через 30 мин.

ПОСЛЕ ТРЕНИРОВКИ ВОЗВРАТ К БАЗАЛЬНОЙ СКОРОСТИ ВВЕДЕНИЯ ИНСУЛИНА