

OBSAH

Předmluva (V. Bartoš).....	5
Úvodem (A. Jirkovská).....	7
1 Výskyt diabetu a jeho komplikací, edukace diabetiků (A. Jirkovská).....	9
1.1 Deklarace ze Saint Vincent.....	10
1.2 Nová úloha diabetika v diabetologické péči.....	10
1.3 Edukační programy pro diabetiky.....	12
1.3.1. Edukace jako součást léčby diabetu (určeno edukátorům).....	12
1.3.2. Role edukační sestry.....	18
1.3.3. Modely edukačních kurzů.....	19
2 Co je to diabetes mellitus (A. Jirkovská, T. Pelikánová).....	22
2.1. Klasifikace a diagnostika diabetu.....	22
2.2. Mechanismus působení inzulínu a podstata vzniku ketolátek.....	25
2.3. Snížená citlivost tkání na inzulín a její ovlivnění.....	26
2.4. Dědičnost diabetu.....	31
3 Cíle léčby a samostatná kontrola diabetu (A. Jirkovská, R. Kožnarová)	33
3.1 Cíle léčby diabetu a ukazatele kompenzace diabetu.....	33
3.2 Glykovaný hemoglobin – ukazatel dlouhodobé kompenzace diabetu.....	35
3.3 Vedení záznamů o vlastní kontrole.....	37
3.4 Samostatná kontrola glykemií, glukometry.....	38
3.5 Kontinuální měření glykemií.....	42
3.6 Doporučená frekvence kontrol glykemií.....	46
3.7 Samostatná kontrola moči na cukr a aceton.....	48
3.8 Další možnosti samostatné kontroly diabetu.....	51
4 Psychické a sociální problémy spojené s diabetem (R. Honzák, T. Hrachovinová, A. Jirkovská).....	54
4.1 Nepříznivé psychologické reakce ve zdraví i nemoci.....	54
4.2 Přiměřené „přijetí“ nemoci	63
4.3 Psychosociální faktory u labilního „BRITTLE“ diabetu.....	64
4.4 Několik rad ke zvládnutí stresu.....	65
5 Dietní léčba diabetu (V. Havlová, A. Jirkovská).....	68
5.1 Cíle dietní léčby diabetu.....	68
5.2 Co jsou sacharidy a jaké množství má být obsaženo v diabetické dietě, příklady výměnných jednotek.....	68
5.3 Příklady rámcových jídelních lístků pro diety s denním obsahem 175, 225, 275, 325 g sacharidů.....	74
5.4 Význam vlákniny v diabetické dietě.....	77
5.5 Je lepší nesladit, používat náhradní sladidla nebo cukr?.....	79
5.5.1 Je nutné používat speciální potraviny pro diabetiky?.....	81

5.6 Jaké nápoje a kolik alkoholu smí diabetik?.....	82
5.7 Potřebuje diabetik více vitaminů a minerálů? Jak lze předcházet prořidnutí kostí (osteoporóze) dietou s vápníkem.....	83
5.8 Proč se diabetická dieta často nedodrží?.....	87
5.8.1 Model rozděleného talíře – nejjednodušší přístup k diabetické dietě...	87
5.9 Úpravy diety podle samostatné kontroly diabetu.....	88
5.10 Redukční dieta – základní léčba všech diabetiků s nadváhou či obezitou.....	88
5.11 Dieta při diabetu a zvýšené hladině krevních tuků.....	94
5.12 Dieta při diabetu a omezené funkci ledvin.....	96
5.13 Dieta při vysokém krevním tlaku a srdečním selhání.....	100
6 Léčba diabetu tabletami (perorálními antidiabetiky) – pro zdravotníky <i>(T. Sechser, A. Jirkovská)</i>	101
7 Léčba diabetu inzulinem <i>(A. Jirkovská)</i>	107
7.1 Druhy a působení inzulinů.....	107
7.2 Praktické pokyny pro podávání inzulinu, technické zajištění léčby.....	112
7.3 Taktika inzulinové léčby.....	118
7.4 Hlavní zásady při léčbě inzulinovou pumpou.....	121
8 Náhlé komplikace diabetu – hypoglykemie, hyperglykemie a ketoacidóza <i>(A. Jirkovská)</i>	125
9 Význam fyzické aktivity pro diabetiky <i>(A. Jirkovská, J. Kobylková)</i>	129
10 Úpravy léčebného režimu podle samostatné kontroly, modelové situace <i>(T. Jindra, A. Jirkovská)</i>	141
11 Co jsou to pozdní komplikace diabetu <i>(A. Jirkovská)</i>	154
11.1 Onemocnění ledvin při diabetu, léčba dialýzou a transplantací orgánů <i>(F. Saudek)</i>	155
11.2 Diabetes a oční komplikace <i>(T. Sosna)</i>	164
11.3 Poruchy nervů při diabetu <i>(A. Jirkovská)</i>	177
11.4 Onemocnění nohou při diabetu a zásady péče o dolní končetiny <i>(A. Jirkovská, V. Wosková)</i>	179
11.5 Prevence onemocnění srdečně-cévních: ovlivnění hladiny krevních tuků (cholesterolu), vysokého krevního tlaku, metody odvykání kouření <i>(A. Jirkovská)</i>	190
11.6 Postižení kůže u diabetu <i>(A. Jirkovská, J. Kejda)</i>	198
11.7 Prevence zubních onemocnění <i>(J. Dušková)</i>	200
12 Sexuální život při diabetu <i>(L. Daneš)</i>	207
13 Diabetes a těhotenství, metody antikoncepce <i>(K. Andělová, A. Jirkovská)</i> ...	210
14 Testové otázky a jejich řešení <i>(T. Jindra, A. Jirkovská)</i>	215
Přehled odborných výrazů.....	238
Přehled tabulek, obrázků.....	241