**Памятка по установке системы непрерывного мониторинга глюкозы (НМГ)**

Информация для пациента

1. **Общая информация о методе НМГ**

НМГ — это метод контроля глюкозы путем измерения ее уровня в межклеточной жидкости с помощью устанавливаемых подкожно датчиков.

Доказано, что содержание глюкозы в межклеточной жидкости является надежным показателем уровня глюкозы в крови, так как глюкоза свободно распространяется от капилляров в межклеточное пространство. В отличие от использования глюкометра для измерения уровня глюкозы не требуются прокол пальца ланцетом и получение капли крови, данные передаются датчиком на считывающее устройство посредством сканирования либо в режиме реального времени с использованием технологии Bluetooth.

Устройства НМГ позволяют врачу и пациенту получать гораздо больше информации о колебаниях уровня глюкозы. НМГ дает полную картину об уровне глюкозы и обо всех ее колебаниях, включая ночное время.

Важно понимать, что значение уровня глюкозы в крови и в межклеточной жидкости в конкретный момент времени могут отличаться. Это связано с тем, что глюкозе необходимо время, чтобы перейти из капиллярной крови в межклеточное пространство. Период задержки индивидуален и зависит от многих факторов, но в среднем в физиологических условиях составляет 5-10 минут.

Понять тенденцию и скорость изменения уровня глюкозы помогают специальные стрелки, которые отображаются на экране устройства для НМГ: если уровень глюкозы возрастает, появится стрелка (или несколько стрелок), направленная вверх (7 или Т), если снижается - стрелка, направленная вниз (\ или I). Это помогает пациентам спрогнозировать, каким будет значение уровня глюкозы в ближайшее время и при необходимости предпринять действия для его коррекции.

***Использование НМГ в повседневной жизни, во время путешествий и при медицинских процедурах.***

При ношении датчика можно вести привычный образ жизни: плавать, заниматься спортом, путешествовать.

Допускается погружение датчика и сенсора с трансмиттером в воду на глубину не более 1 метра и не более чем на 30 минут.

Система НМГ безопасна для использования во время полета. Перед проверкой на безопасность в аэропорту уведомите сотрудников о наличии данного устройства. Вы можете свободно проходить через рамки металлодетектора. Однако следует избегать сканеров всего тела в аэропортах и запросить другой вариант досмотра.

Если вам назначен визит к врачу, во время которого возможно воздействие сильного магнитного или электромагнитного излучения — например при рентгенографии, МРТ (магнитно-резонансной томографии) или КТ (компьютерной томографии), снимите носимый вами датчик перед визитом и установите новый после визита. Влияние процедур такого рода на рабочие характеристики НМГ не исследовано.

1. **Как получить датчик НМГ**
   1. Женская консультация, в которой Вы состоите на диспансерном наблюдении по беременности, направляет информацию о Вас (ФИО, срок беременности, адрес, номер телефона) в **МО к которой Вы прикреплены.**
   2. Врач-эндокринолог поликлиники приглашает/консультирует, определяет показания/противопоказания к применению датчик НМГ, разъясняет технические возможности подключения приложения FreeStye Libre 2 к Вашему телефону (приложение №1). В случае Вашего согласия на применение датчика НМГ выписывает рецепт. В случае Вашего отказа оформляется письменный отказ. Датчик Вы получаете по рецепту в аптеках «Губернские аптеки»;
   3. Врач-эндокринолог помогает установить приложение или выдает на приеме памятку по установке приложения FreeStye Libre 2; или для установки приложения Вы можете позвонить по телефону горячей линии системы FreeStye Libre 2 8 -800 -100-88-07 ежедневно с 08.00. до 20.00. (по московскому времени).
   4. Рецепт на датчик выписывается 1 раз в месяц во время беременности врачом-эндокринологом поликлиники;
   5. После родов рецепт не выписывается. Данная программа рассчитана на мониторирование глюкозы во время беременности.
2. **Установки датчика/сенсора НМГ – установить датчик Вы можете самостоятельно, в домашних условиях или у специалиста**
   1. ***Установка датчик/сенсора пациентом в домашних условиях:***

Перед установкой важно правильно подготовить кожу — вымыть ее с мылом, высушить и протереть спиртовой салфеткой. Это предотвратит преждевременное отклеивание датчика/сенсора. Не рекомендуется перед установкой использовать кремы и лосьоны.

Датчик/Сенсор НМГ, в зависимости от системы, может устанавливаться на живот, ягодицы и заднюю поверхность руки между плечом и локтем (только для пациентов старше 14 лет).

Выберите место на задней поверхности руки между плечом и локтем, которое обычно остается ровным (без изгибов и складок) при нормальной повседневной активности.

При установке датчика необходимо выбирать место, находящееся не менее чем в 2,5 см от места инъекций инсулина (при его применении), избегать областей кожи с рубцами, родинками, растяжками или припухлостями.

После установки датчика убедитесь в его надежной фиксации, проведя пальцем вдоль клейкой части датчика.

Активацию сенсора НМГ необходимо произвести в считывающем устройстве (инсулиновая помпа, считыватель) или мобильном приложении на смартфоне.

Датчик НМГ будет готов к работе через 60-120 минут (в зависимости от типа НМГ).

Следует обратить внимание, что в первые сутки после установки датчика/сенсора точность показаний НМГ может быть хуже, чем в остальное время. В связи с этим может потребоваться дополнительное измерение глюкометром для уточнения показателей глюкозы.

* 1. ***Установка датчика/сенсора специалистом:***
     1. врачом-эндокринологом поликлиники № 1 и 3 КГБУЗ «КМБ № 2» (дату и время установки датчика Вам сообщит врач-эндокринолог после выписки рецепта и получения Вами датчика в аптеке «Губернские аптеки»);
     2. на Школе по ведению непрерывного мониторинга глюкозы, организованной на базе КГБУЗ «КМБ № 2» - запись в школу для установки датчика осуществляет врач–эндокринолог поликлиники № 1 и 3 КГБУЗ «КМБ № 2» после выписки рецепта и получения Вами датчика в аптеке «Губернские аптеки»;
     3. в КГБУЗ «Красноярская межрайонная поликлиника № 5», городской эндокринологический центр по адресу ул. Ленина 43, предварительно позвонив по телефону регистратуры 234-03-04 с 08.00-.20.00. (после выписки рецепта и получения Вами датчика в аптеке «Губернские аптеки»).

1. **Общие принципы снятия датчика/сенсора**

По окончании срока действия необходимо удалить датчик/сенсор и установить новый в другое место.

Для снятия датчика/сенсора потянуть за край клеткой основы, прикрепляющей датчик к коже. Медленно снимите датчик с кожи одним непрерывным движением.

Остатки клейкого вещества можно удалить с кожи изопропиловым спиртом ИЛИ теплой водой с мылом.

1. **Школа здоровья по ведению непрерывного мониторинга глюкозы   
   в КГБУЗ «КМБ № 2» (далее- Школа)**

**Цель:**

1. информирование пациентов о методе непрерывного мониторинга глюкозы (вход без предварительной записи для пациентов с установленным датчиком НМГ).
2. Правила установки датчика, приложения FreeStye Libre 2, непосредственная установка датчика (по записи медицинским работником поликлиники/врачом-эндокринологом).

Расписание Школы:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Дата | Время | Место проведения |
| Февраль | 20.02.2025 | 15.00 | Ул. Мате Залки, 23  Кабинет 6-02 |
| Март | 06.03.2025 | 15.00 |
|  | 13.03.2025 | 15.00 |