

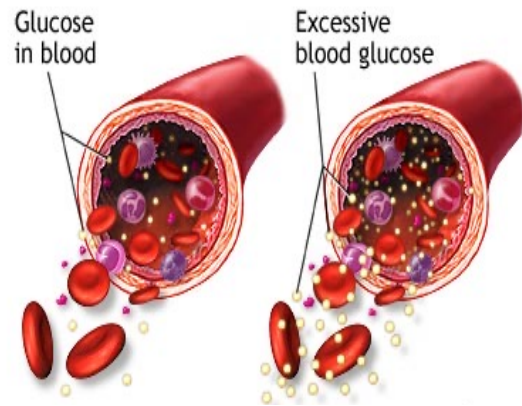


# Чихрийн шижингийн үеийн өөрийн хяналт, сувилахуйн тусламж үйлчилгээний онцлог

Г.Мөнхтуяа НЭМУ-ны магистр

# Чихрийн шижин гэдэг нь:

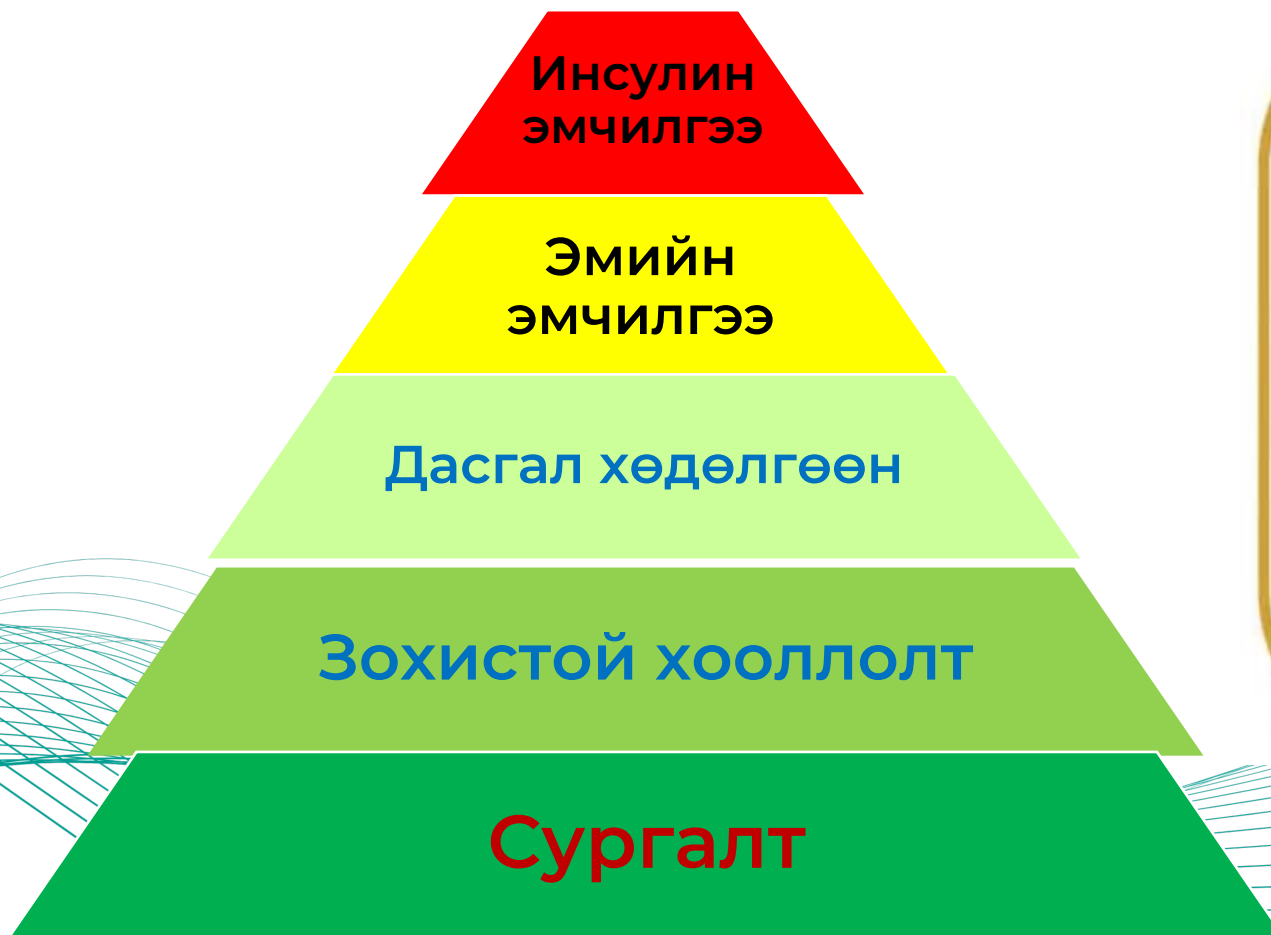
- Нойр булчирхай хангалттай хэмжээний **инсулин даавар** боловсруулж чадахгүй эсвэл боловсорсон инсулин даавар нь өөрийн бие махбодид нөлөөлж чадахгүй болсон үед **цусан дах глюкозын хэмжээ** ихэсч улмаар **их уух, их шээх хам шинжээр** илэрдэг бодисын солилцооны архаг эмгэг юм.



# Чихрийн шижингийн өөрийн хяналт

- Үйлчлүүлэгчдийн өөрийн хяналт (self management) гэдэг нь үйлчлүүлэгч өөрөө бие даан эрүүл мэндээ хамгаалж, цусан дах глюкозын түвшингээ хэвийн хэмжээнд хянаснаар эрт болон хожуу үеийн хүндрэлээс сэргийлж амьдралын чанараа дээшлүүлэхийг хэлнэ.
- Сургалтын зорилго
- Үйлчлүүлэгчдийн өөрийн хяналт /self- management/ -ыг хэрэгжүүлэхэд шаардлагатай мэдлэг, хандлага, чадварыг олгох.
- Дэлхийн олон оронд ЧШ-ийн сургалтыг мэргэшсэн Diabetes educator – ЧШ-гийн сургагч багш явуулдаг
- Сургалт нь хүн бүрийн онцлогт тохирсон ганцаарчилсан болон бүлгийн гэсэн хэлбэртэй байдаг.

# Чихрийн шижингийн эмчилгээ сувилгааны зарчим



# Чихрийн шижингийн үеийн өөрийн хяналт



Цусны глюкозын  
хэмжээгээ  
тогтмол хянах



Зохистой  
хооллолт



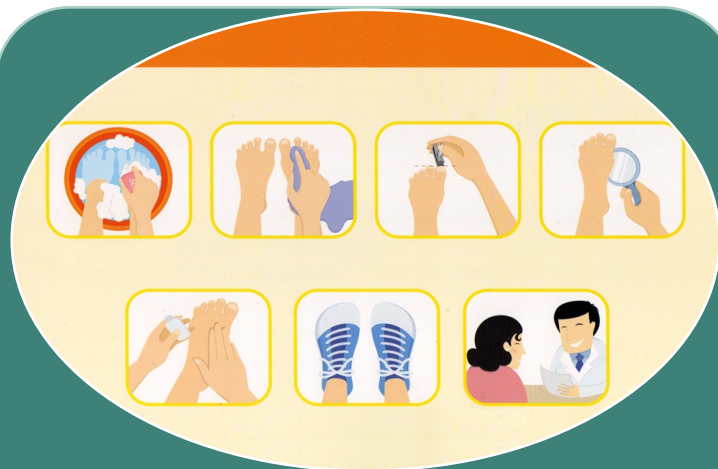
Дасгал  
хөдөлгөөний  
дэглэм, биеийн  
жинг хянах



# Чихрийн шижингийн үеийн өөрийн хяналт



Цусны даралтыг  
ТОГТМОЛ ХЭМЖИЖ  
байх



Хөлөө өдөр бүр  
шалгах



Амны хөндийн  
эрүүл ахуйн  
дэглэм сахих



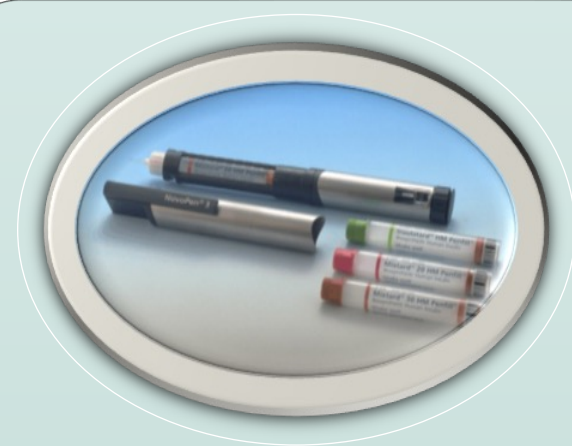
# Чихрийн шижингийн үеийн өөрийн хяналт



Тамхи татахгүй  
байх




Архи болон  
согтууруулах  
ундааг  
хязгаарлах



Эм болон  
инсулин  
эмчилгээ



# Глюкозжсон гемоглобин

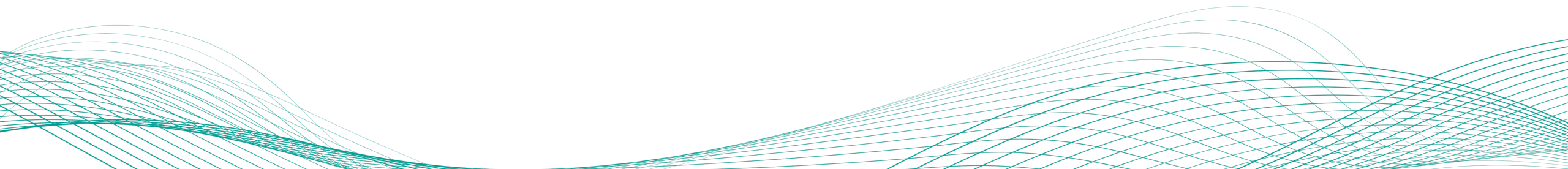
- ✓ HbA1c нь чихрийн шижинтэй хүмүүсийн өвчлөлийн явц, өөрийн хяналт болон эмчилгээний үр дүнг үнэлэх, хүндрэлийг илрүүлэх чухал шинжилгээ юм. Сүүлийн 3 сарын туршид цусан дахь сахар ямар түвшинд байсныг харуулдаг.
  - ✓ Эрүүл хүний хэвийн хэмжээ нь 4-5,8%.
  - ✓ HbA1c-ийн хэмжээгээ бага байлгаж чадвал танд ирээдүйд үүсч болох зарим хүндрэлүүдээс урьдчилан сэргийлэх боломжтой.
- 

# Чихрийн шижингийн хяналт


	Хяналтын бүлэг	Зорилтод түвшин (НБА1с)
1.	ЧШ шинээр оношлогдсон 50 хүртэлх насны хавсарсан эмгэггүй	<6,5%
2.	50-65 нас хавсарсан эмгэггүй	<7.0%
3.	65 дээш насны, хавсарсан эмгэгтэй	<7.5%
4.	65 дээш насны, олон эрхтэний хавсарсан эмгэгтэй	<8.0%

# Эмчийн хяналт:

- Эмчийн хяналтанд орсноор:
- Ямар хэлбэрийн ЧШ-тэй болон хүндрэл илэрсэн эсэхийг тогтоох
- Эмчилгээний оновчтой аргыг сонгох боломжтой
- Цусны глюкозын хэмжээгээ өөрөө хянаж сурах
- Өвчний хүндрэлээс сэргийлнэ.
- Шаардлагатай үед эмчийн зөвлөгөөний дагуу ажлаас чөлөөлөгдөнө.
- Хяналтанд орж глюкоз буулгах эм болон инсулин эмчилгээг үнэ төлбөргүй авах



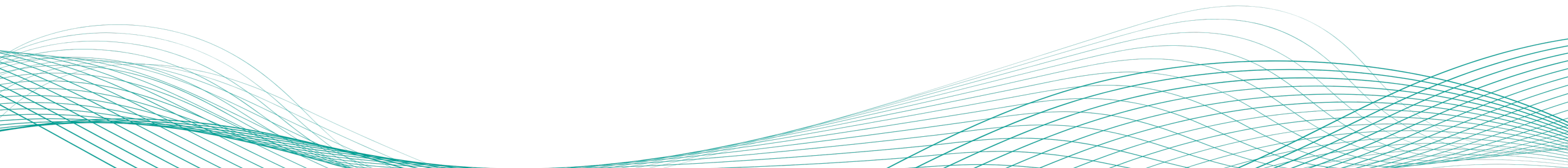
# Үзлэг шинжилгээ :

- Жилдээ 1-2 удаа доорхи үзлэг шинжилгээнд заавал хамрагдах хэрэгтэй.
  - НБАГс буюу гурван сарын дундаж глюкоз
  - Биохимийн шинжилгээ(өөх тос,креатинин,мочевин)
  - ШЕШ ,микроальбуминури
  - Цусны бүлэгнэлтийн шинжилгээ
  - Зүрхний цахилгаан бичлэг
  - Хөлийн үзлэг
  - Нүдний эмчийн үзлэг, нүдний уг дурандуулах
  - Мэдрэлийн эмчийн үзлэг
  - Зүрх судасны эмчийн үзлэг
- 

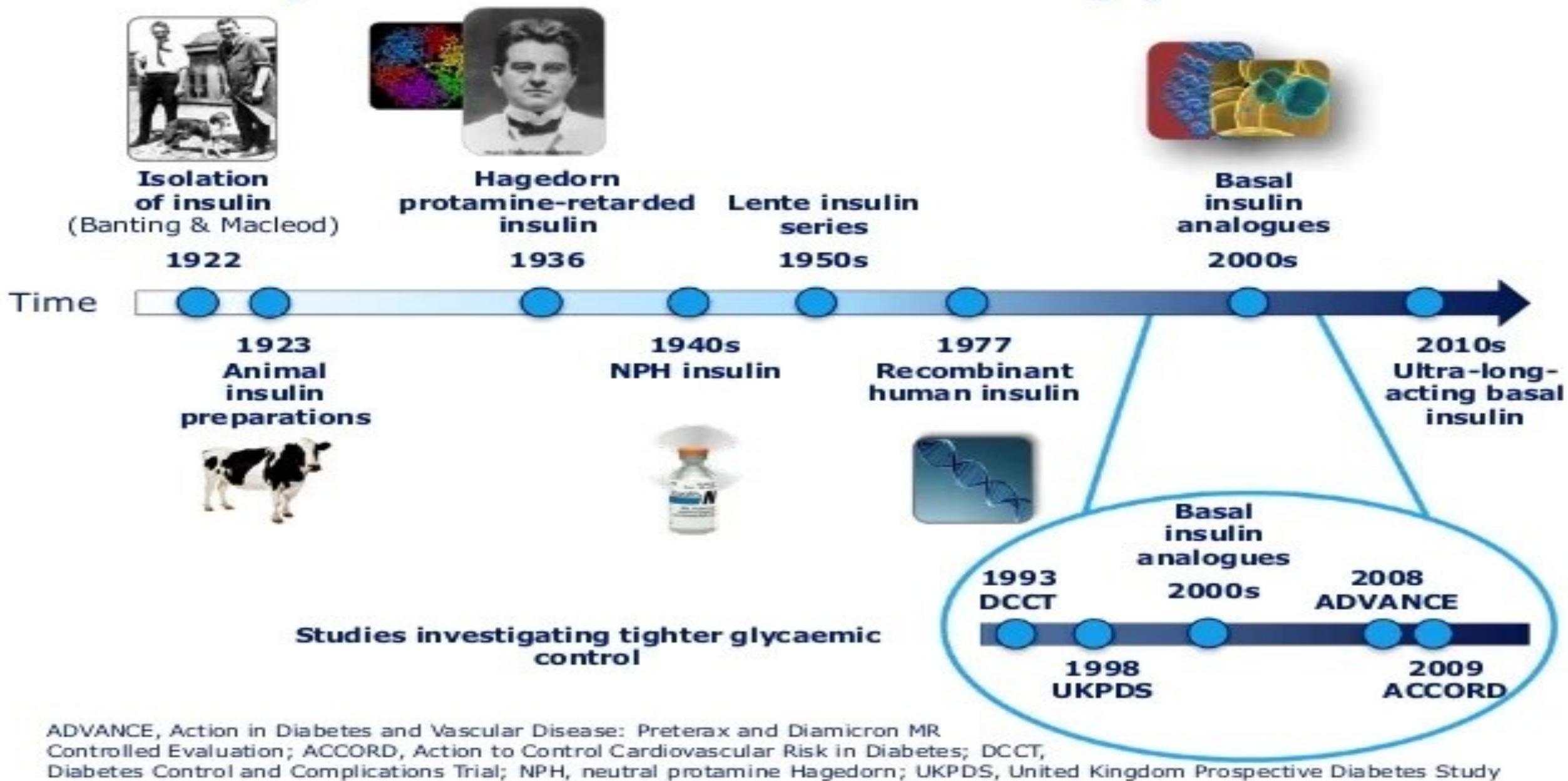
# Инсулин эмчилгээ тарих арга аргачлал

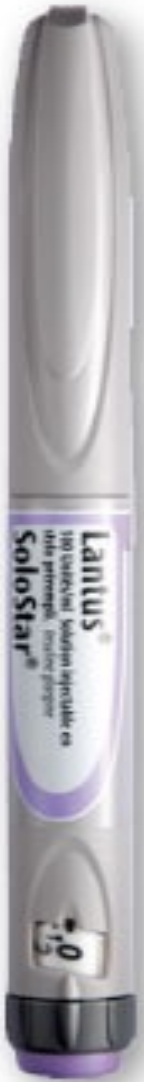
- Инсулин гэж юу бэ?

Инсулин гэдэг нь хүний нойр булчирхайн бетта эсийн лангергансийн арлаас ялгарч байгаа даавар юм. Инсулин нь 51 амин хүчлийн үлдэгдлээс тогтсон 5750 молекул жинтэй полипепдит. Насанд хүрсэн хүний нойр булчирхайнаас хоногт 35-50 нэгж инсулин ялгардаг. Инсулины 80% нь элгэнд үлдсэн хэсэг нь бөөрөнд, мөн булчингийн , өөхөн эдэд бага хэмжээгээр задардаг.

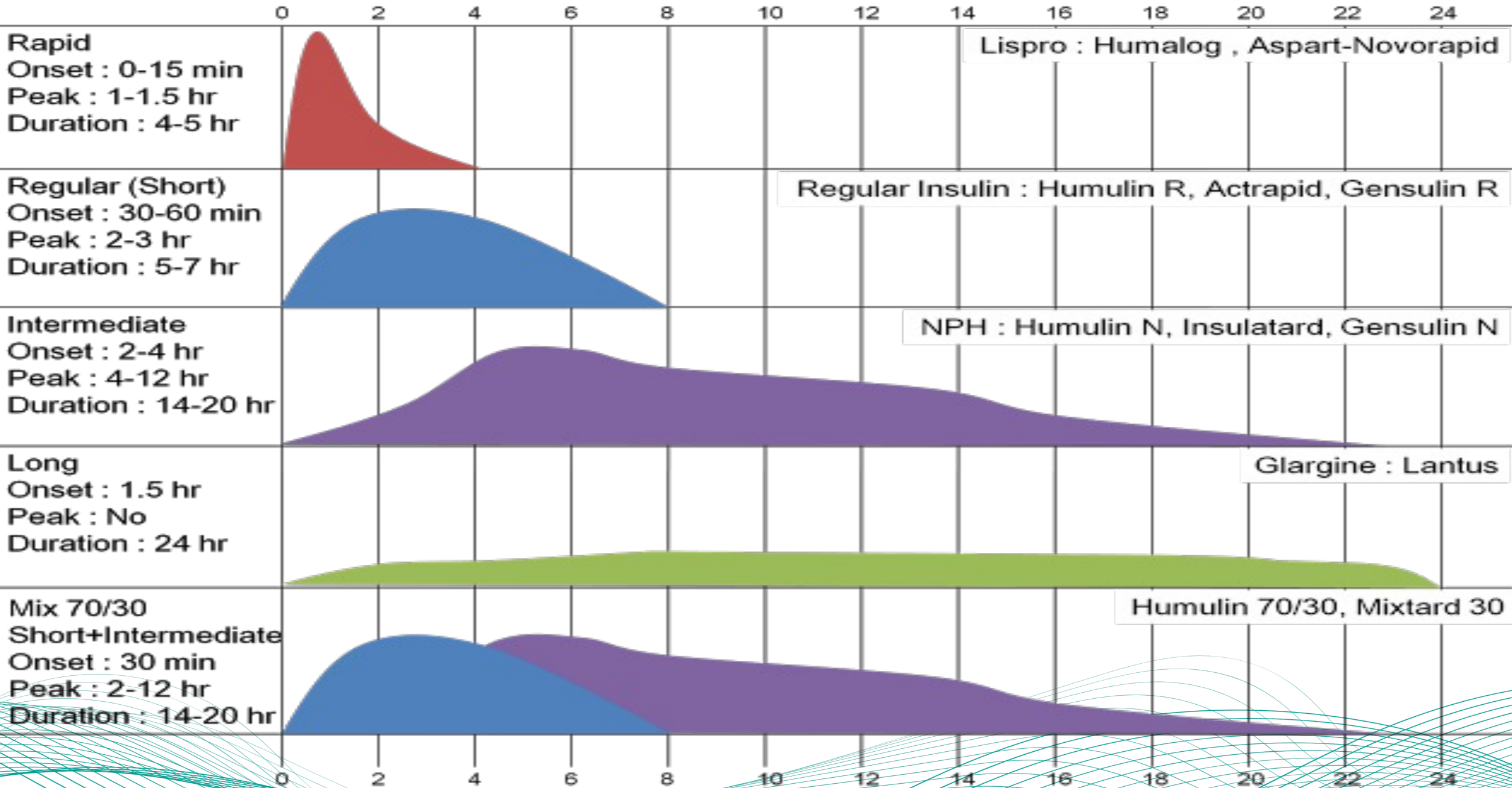


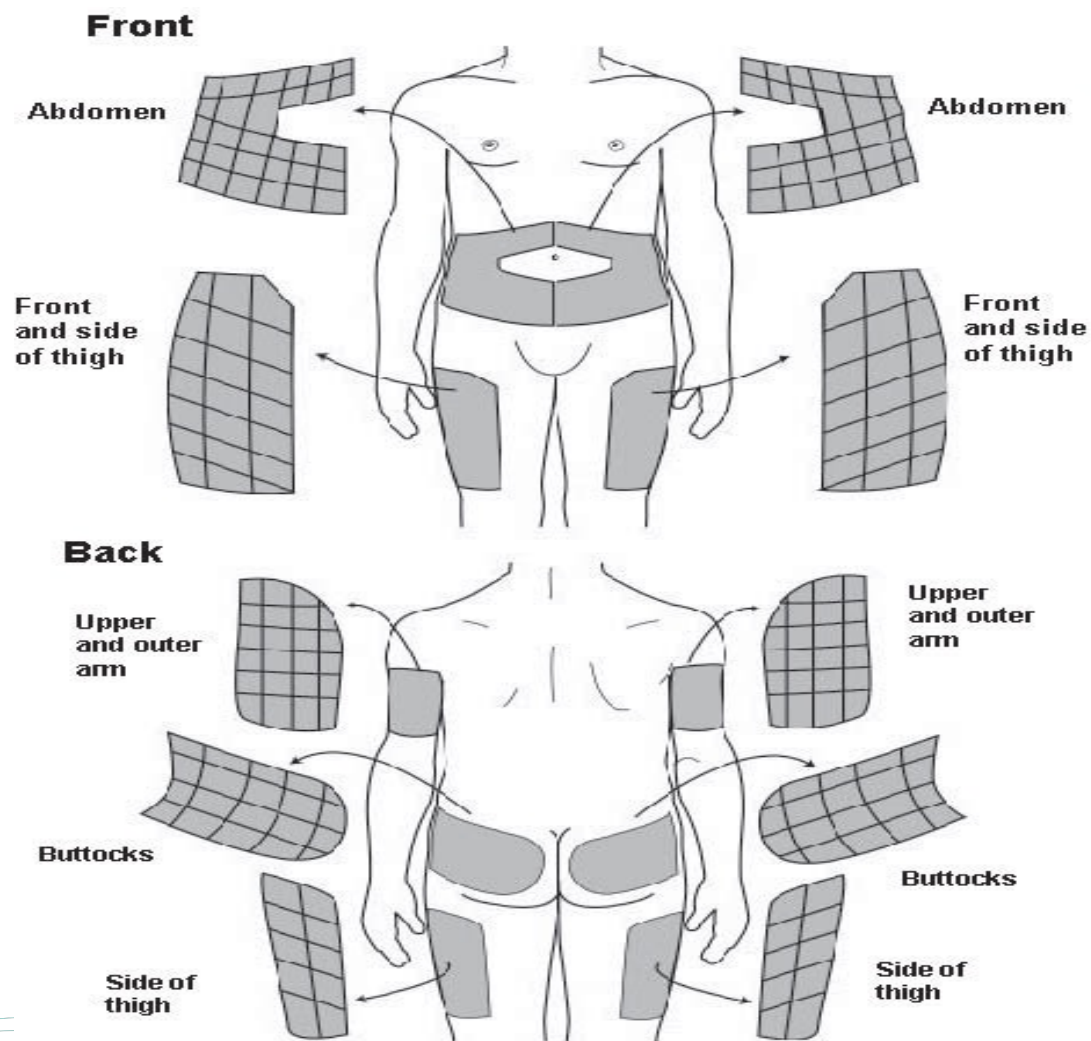
# Developments in insulin therapy





# Pharmacokinetic of insulin





Инсулиныг арьсан дор 45 болон 90 градусын налуу тарина. Инсулиныг тарьдаг 4 үндсэн байрлал байдаг.

Үүнд:

Хэвлийн өмнөд хана

Гуяны гадна дээд хэсэг

Бугалганы гадна дээд хэсэг

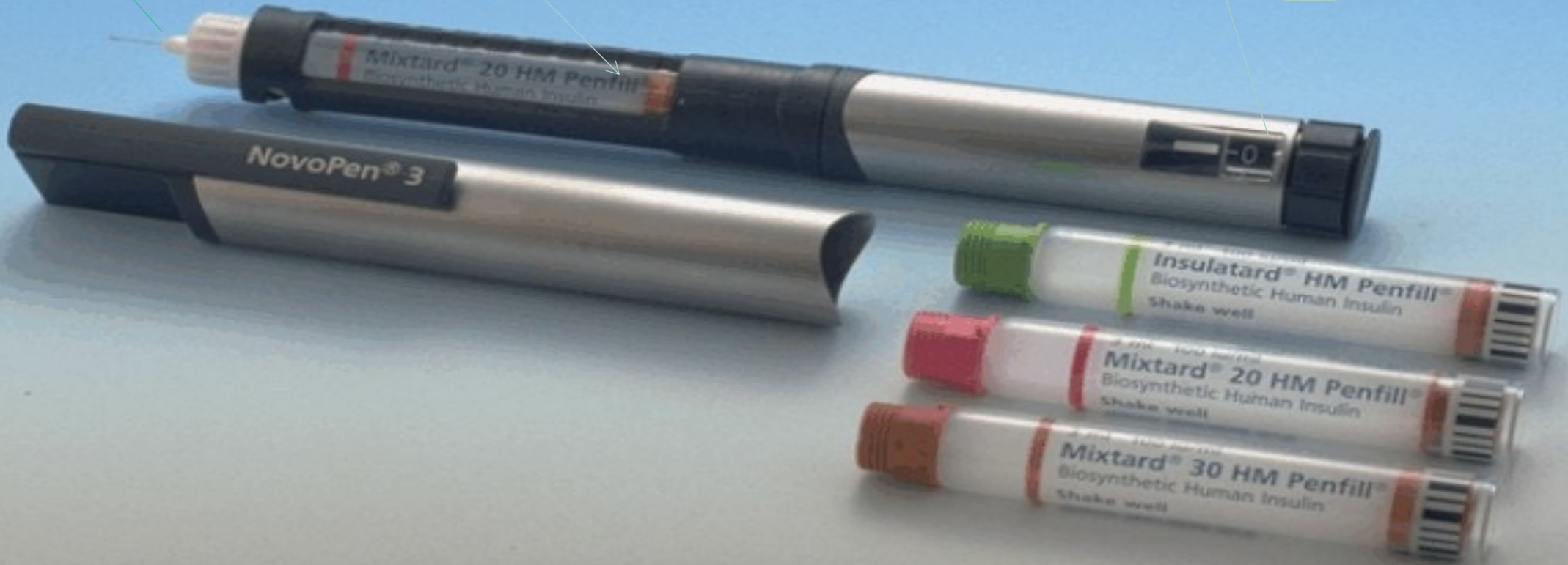
Өгзөгний гадна дээд хэсэг

# Инсулины үзгэн тариур

Нэг  
удаагийн  
н зүү

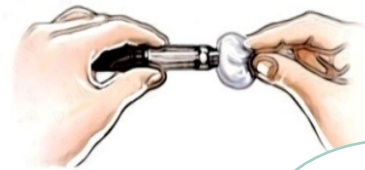
Инсулинтэй  
картридж

Инсулины  
тохируулга  
буюу  
шахуурга



# Инсулин тарих тохиромжтой зүү тариур сонгох

1. Толгой хэсгийг ариутгах



3. Хийг гаргах



Check for droplet

2. Зүүгээ угсрах

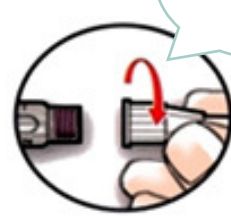
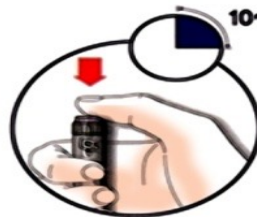


4. Тарих тунг тохируулах



예: 주사 30단위일 때

5. Инслиныг шахах



Maintain for 10 to 15 seconds

Children  
(2-6 years)

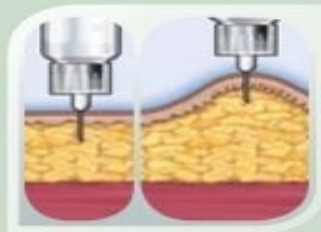
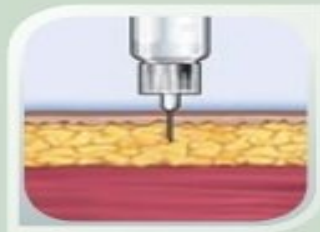
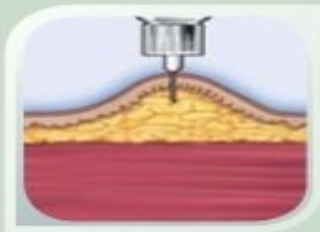
Children (>6 years)  
& Teens (slim)

Children (>6 years)  
& Teens

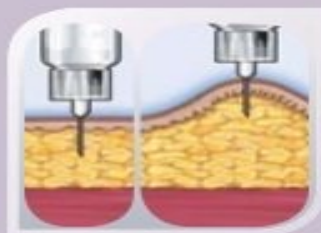
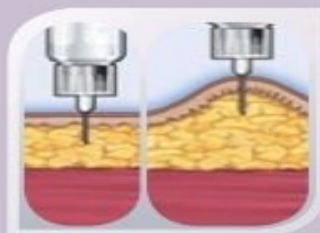
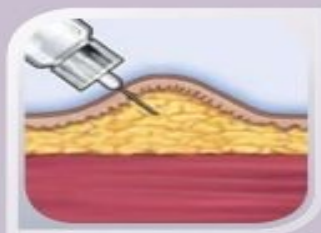
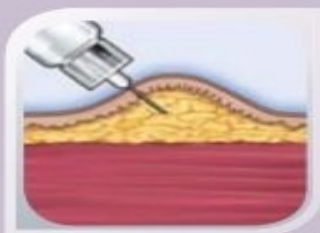
Adults  
(slim)

Adults

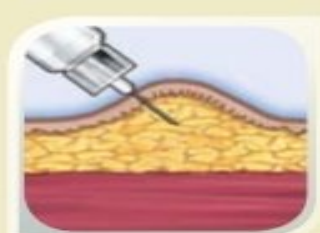
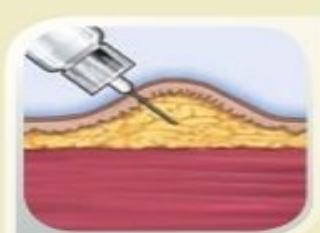
4mm



5mm



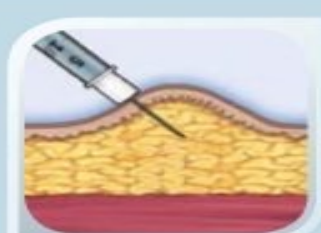
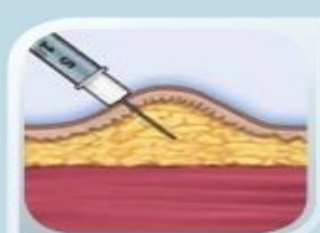
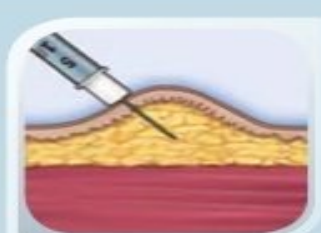
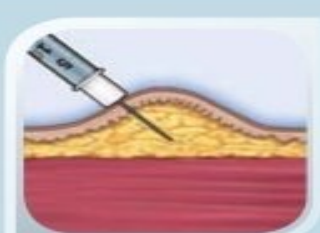
6mm  
(pen or syringe)



8mm

Preferable to use shorter pen needles and syringes

8mm  
(pen or syringe)



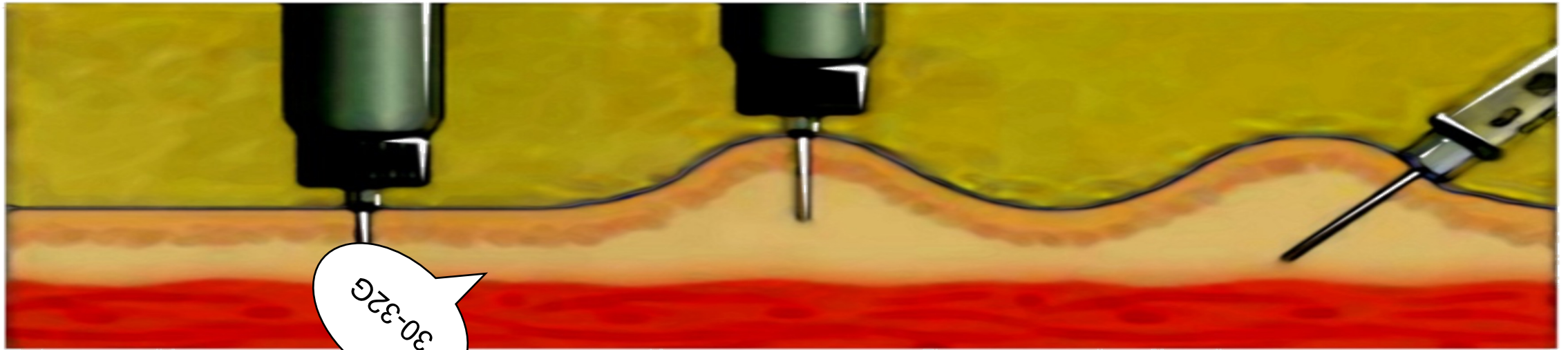
12.7mm

Not Recommended

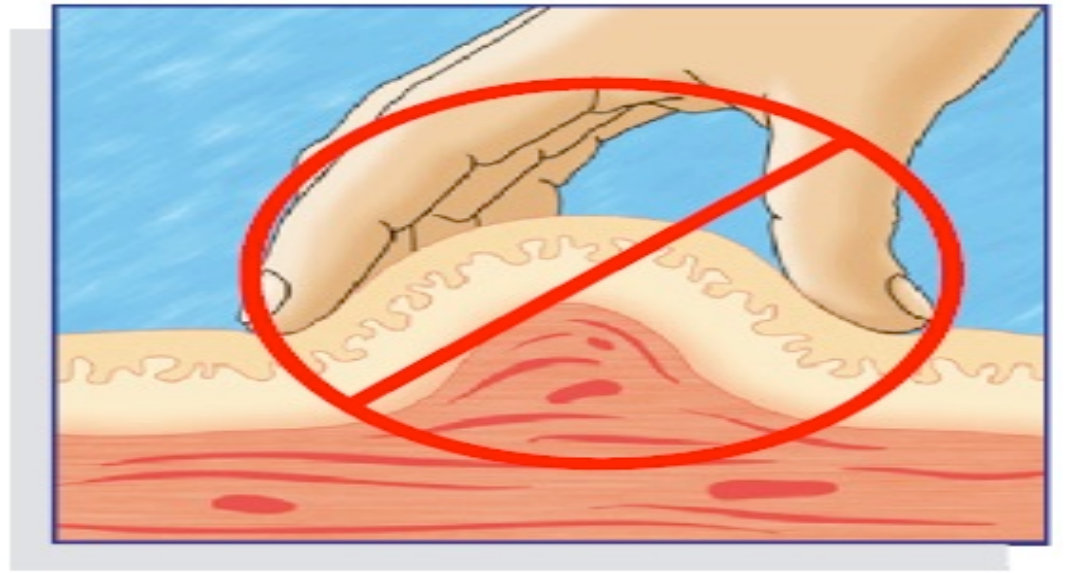
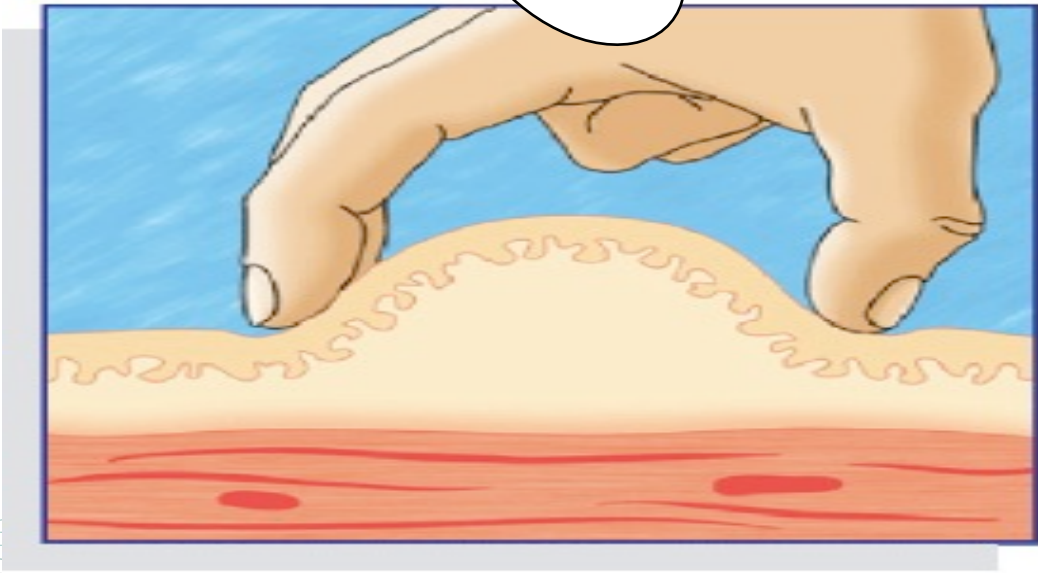
5mm

8mm

12.7mm

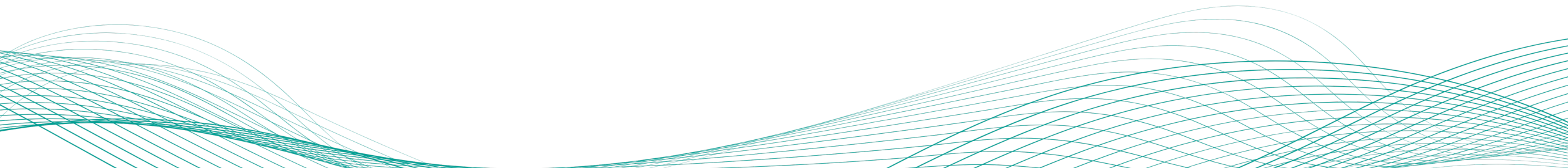


30-32G



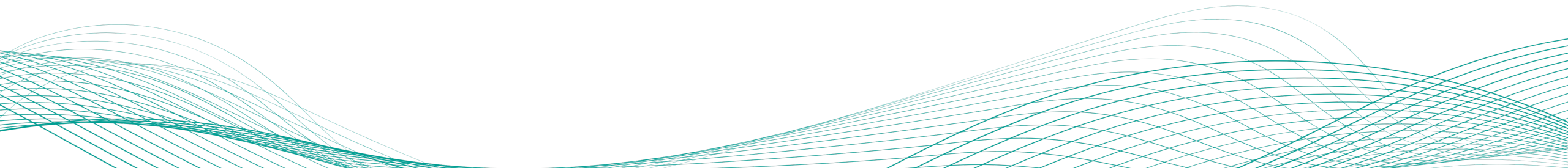
# Инсулин тарихад анхаарах зүйлс

- Инсулины хүчинтэй хугацаа болон бохирдсон эсэхийг шалгах
- Холимог болон дунд үйлдэлтэй инсулиныг сэгсэрэхгүй байх.
- Инсулиныг биеийн аль нэг хэсэгт тарих хуваарийг нарийн тогтоох.
- Инсулиныг тарихдаа тарих талбайг бага зэрэг чимхэж инсулиныг аажим шахах.
- Нэг үзгэн тариурыг нэг л хүн хэрэглэх
- Нэг тарьсан газраас дараагийн хатгалт 2 см зайтай байх



# Инсулин тарихад анхаарах зүйлс

- Тариурыг авахдаа эргэлдэх хөдөлгөөнөөр суглаж авах
- Тарьсны дараа зүүгээ яаран сугалах хэрэггүй, арьсан доорхи эдэд инсулиныг нэвчтэл буюу 10 секунд орчим хүлээх.
- Хэрэв тарьсны дараа бага зэрэг цус гарвал тэр хэсгийг хөвөн марлаар зөөлөн дарах ба үрж болохгүй.
- Нэг удаагийн зүүг олон дахин хэрэглэхгүй байх.
- Тариа хийсний дараа зүүг заавал авч устгах.



# Инсулиныг хэрхэн хадгалах вэ

- ✓ Нарны гэрэл болон чийг, хэт хөлдөх зэргээс сэргийлэх ба хамгийн тохиромжтой хадгалах газар нь хөргөгчний хаалга юм. Хөргөгчгүй нөхцөлд инсулины тагийг нээснээс хойш 6 долоо хоног тасалгааны хэмд хадгалж болно.
- ✓ Онгоцонд авч явах шаардлага гарсан үед тасалгааны хэмд биедээ авч явах нь зүйтэй. Ачаанд өгч болохгүй.
- ✓ Хэрэглэхийн өмнө хүчинтэй хугацаа, өнгө, тарилгын шилний бүрэн бүтэн байдал зэргийг байнга хянаж, эмчийн зааврын дагуу хэрэглээрэй.

# Эрүүл бас Жаргалтай

