



# Информация о гипергликемии (повышении уровня сахара в крови)

Время для прочтения: Примерно 6 мин.

В данном материале описана гипергликемия, ее причины, а также способы распознавания, профилактики и лечения. В нем также приведена информация о различных типах диабета.

## Что такое гипергликемия?

Гипергликемия — это накопление слишком большого количества глюкозы (сахара) в крови. Это может привести к появлению чувства усталости, слабости или болезни.

Существует 2 типа гипергликемии:

- **Острая гипергликемия** возникает при резком скачке уровня глюкозы в крови в течение нескольких дней или недель.
- **Хроническая гипергликемия** возникает при медленном повышении уровня глюкозы в крови в течение длительного времени.

## Причины гипергликемии

Гипергликемия может возникнуть в том случае, если ваш организм не вырабатывает достаточного количества инсулина или не может легко использовать вырабатываемый инсулин. Инсулин — это гормон, который позволяет глюкозе поступать из кровотока в клетки. Если в организме недостаточно инсулина, глюкоза задерживается в крови и вызывает гипергликемию.

## Гипергликемия, связанная с лечением

Некоторые виды лечения рака, в том числе химиотерапия и лечение стероидами, могут повышать уровень глюкозы в крови и вызывать гипергликемию. Питание через зонд или полное парентеральное питание (total parenteral nutrition, TPN) также могут вызвать гипергликемию.

Во время некоторых видов лечения вам может потребоваться поддерживать уровень глюкозы в крови в определенном диапазоне. Для достижения оптимального уровня глюкозы ваш медицинский сотрудник может назначить вам insulin или пероральные (принимаемые через рот) препараты для лечения диабета. Он также объяснит, каким образом и как часто следует проверять уровень сахара в крови.

Гипергликемия, связанная с лечением, обычно проходит после окончания лечения. Если этого не происходит, то, возможно, до лечения у вас были проблемы с уровнем глюкозы в крови. Продолжайте проверять уровень глюкозы в крови и принимать лекарства до тех пор, пока ваш

медицинский сотрудник не скажет вам прекратить прием.

## Факторы риска развития гипергликемии

Гипергликемия может возникнуть, если:

- у вас сахарный диабет (СД) 1 или 2 типа или предиабет;
- вы не принимаете достаточное количество лекарств от диабета для контроля уровня глюкозы в крови;
- вы не вводите insulin надлежащим образом;
- вы используете просроченный или испорченный insulin. Это может произойти при перегреве или переохлаждении insulin;
- вы не ведете активный образ жизни;
- вы едите слишком много углеводов. Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *Как отрегулировать уровень сахара в крови с помощью питания* (<https://sandbox18.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-to-improve-your-blood-sugar-with-your-diet>).
- вы получаете питание через зонд или TPN;
- вы больны или у вас обнаружена инфекция;
- у вас физический стресс, например, травма или операция;
- у вас эмоциональный стресс, например, в связи с лечением или проблемами в личной жизни;
- у вас частично или полностью удалена поджелудочная железа;
- - стероиды, например, prednisone или dexamethasone (Decadron®);
  - иммунодепрессанты, например, tacrolimus и sirolimus;
  - некоторые виды химиотерапии, таргетной терапии, иммунотерапии или гормональной терапии. Для получения дополнительной информации проконсультируйтесь со своим медицинским сотрудником.

## Признаки и симптомы гипергликемии

Для нормальной работы клеткам организма необходима глюкоза. Например, если клеткам мышц не хватает энергии, вы можете чувствовать усталость и слабость. Если белым кровяным тельцам не хватает энергии, организму трудно бороться с инфекцией.

Признаки и симптомы повышенного уровня сахара в крови могут варьироваться от легких до тяжелых (очень тяжелых). Они могут возникать внезапно при наличии определенных внешних факторов. К ним относятся развитие сахарного диабета 1 типа (СД1) или стероид-индуцированной гипергликемии (повышение уровня сахара в крови под действием стероидов).

У людей с сахарным диабетом 2 типа (СД2) симптомы обычно начинаются легко и развиваются медленно в течение длительного времени. Легкие признаки и симптомы трудно распознать, и они могут ощущаться не всеми одинаково. В связи с этим обнаружение и диагностика СД2 может занять несколько лет.

## Острая гипергликемия

Острая гипергликемия возникает внезапно. Признаками и симптомами острой гипергликемии

являются:

- чувство сильной жажды;
- сухость во рту;
- частые позывы к мочеиспусканию;
- сухая кожа;
- более сильное, чем обычно, чувство голода;
- нечеткое зрение;
- чувство сонливости.

## Гипергликемия тяжелой степени

Острая гипергликемия может усугубляться, если ее не лечить. Она может привести к появлению такого экстренного диабетического состояния, как диабетический кетоацидоз (diabetic ketoacidosis, DKA).

**DKA может представлять опасность для жизни.** Если у вас DKA или вы думаете, что у вас DKA, немедленно обратитесь за медицинской помощью. Позвоните своему медицинскому сотруднику по лечению диабета, обратитесь в ближайший пункт скорой медицинской помощи или позвоните по телефону 911. Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *Диабетический кетоацидоз и анализ мочи на содержание кетонов* (<https://sandbox18.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/diabetic-ketoacidosis-ketone-urine-testing>).

Признаками и симптомами DKA являются:

- чувство растерянности;
- одышка;
- сухость во рту;
- слабость;
- боль в брюшной полости (животе);
- тошнота (ощущение подступающей рвоты) или рвота;
- кома.

## Хроническая (продолжительная) гипергликемия

Хроническая гипергликемия развивается в течение длительного времени. Признаками и симптомами хронической гипергликемии являются:

- более медленное заживление ран;
- более частое возникновение или обострение инфекций;
- недостаток или отсутствие энергии;
- нейропатия (покалывание или потеря чувствительности в пальцах рук и ног);
- изменения кожи, такие как папиллярно-пигментная дистрофия кожи. Это темные плотные участки мягкой кожи. Обычно они образуются на задней поверхности шеи, в подмышечных впадинах или паховой области;
- пародонтит, признаками которого являются красные, болезненные, раздраженные десны;
- какие-либо или все признаки и симптомы острой гипергликемии.

## Как предупредить гипергликемию

## Проверяйте уровень глюкозы в крови

Осведомленность о своем уровне глюкозы в крови — это первый шаг к предупреждению гипергликемии. Проверка уровня глюкозы в крови позволяет определить, находится ли уровень глюкозы в пределах целевого диапазона. Целевой диапазон — это когда уровень глюкозы не слишком высокий или не слишком низкий.

Ваш медицинский сотрудник или инструктор по диабету:

- расскажет, как часто следует проверять уровень глюкозы в крови;
- определит целевой диапазон, исходя из состояния здоровья и плана лечения;
- использует ваши показатели глюкозы крови для корректировки лекарственных препаратов по мере необходимости.

## Какой диапазон содержания глюкозы в крови является безопасным?

В центре MSK целевой диапазон глюкозы крови для людей, получающих лечение от рака, обычно составляет 100–200 миллиграммов на децилитр (мг/дл). Ваш медицинский сотрудник по лечению диабета может дать вам другие рекомендации.

## Как проверить уровень глюкозы в крови в домашних условиях

Вы можете проверить уровень глюкозы в крови в домашних условиях с помощью одного из этих устройств:

- Измеритель уровня глюкозы в крови (или глюкометр). Его можно приобрести в местной аптеке по рецепту или без рецепта. Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *Как измерить уровень сахара в крови с помощью глюкометра* (<https://sandbox18.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-check-your-blood-sugar-using-blood-glucose-meter>).
- глюкометр непрерывного действия (CGM); Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *Информация о глюкометре непрерывного действия* (<https://sandbox18.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/about-your-continuous-glucose-monitor-cgm>).

## Следите за результатами измерения уровня глюкозы в крови и лекарствами

Вносите результаты анализа крови на глюкозу и дозы insulin в журнал измерений уровня глюкозы в крови. Это поможет вашему медицинскому сотруднику по лечению диабета безопасно скорректировать ваши лекарства.

Вы можете использовать журнал измерений уровня глюкозы в крови, приведенный в конце данного ресурса.

## Ведите здоровый и активный образ жизни

Лучший способ предотвратить гипергликемию и регулировать уровень глюкозы в крови — это

вести здоровый и активный образ жизни. Используйте показания уровня глюкозы в крови для корректировки образа жизни, чтобы достичь целевого диапазона. Поговорите со своим медицинским сотрудником по лечению диабета о том, как сделать это безопасно.

Ниже приведены несколько советов по регулированию уровня глюкозы в крови в домашних условиях:

### **Придерживайтесь принципов здорового питания**

Соблюдайте принципы здорового питания, не нарушая режим приема пищи. Мы рекомендуем придерживаться углеводного режима питания, что означает наличие определенного количества углеводов в каждом приеме пищи. Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *Как отрегулировать уровень сахара в крови с помощью питания*

(<https://sandbox18.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-to-improve-your-blood-sugar-with-your-diet>).

### **Пейте достаточное количество жидкости**

Пейте достаточное количество жидкости, чтобы избежать обезвоживания. Соблюдайте указания вашего медицинского сотрудника относительно количества выпиваемой жидкости.

### **Пейте жидкости, не содержащие сахара**

Пейте воду без сахара, ароматизированную воду, газированную воду (сельтерскую) или другие напитки с нулевой калорийностью. Откажитесь от обычной газировки и фруктовых соков, приготовленных из свежих фруктов. Обычно они содержат много сахара и могут повышать уровень глюкозы в крови.

### **Поддерживайте достаточный уровень физической активности**

Физическая активность помогает поддерживать нормальный уровень глюкозы в крови. Соблюдайте указания вашего медицинского сотрудника относительно того, какие виды физической активности являются безопасными для вас.

### **Принимайте лекарства для лечения диабета по назначению врача**

Соблюдайте указания вашего медицинского сотрудника по лечению диабета, связанные с приемом лекарств для лечения диабета. Он расскажет вам о том, что нужно делать, если вы пропустите прием лекарства.

## **Когда следует звонить своему медицинскому сотруднику по лечению диабета**

Центр MSK рекомендует поговорить со своим медицинским сотрудником по лечению диабета в течение 10 дней после выписки из больницы. Позвоните ему в следующих случаях:

- У вас новый случай гипергликемии.
- Вам только что диагностирован диабет.

- Ваши лекарства для лечения диабета изменились.
- В течение последних 2–3 дней уровень глюкозы в крови большую часть времени превышает целевой диапазон.
- Уровень глюкозы в крови ниже 70 мг/дл или выше 400 мг/дл. Это может быть опасно.
- У вас рвота или диарея более 3 раз за 24 часа (1 день).
- У вас DKA или вы думаете, что у вас DKA.
- Вы плохо себя чувствуете и не уверены, стоит ли принимать лекарства для лечения диабета.
- Температура тела 101° F (38,3° C) или выше.

Если вы не можете немедленно связаться со своим медицинским сотрудником по лечению диабета, обратитесь в ближайший пункт скорой медицинской помощи или позвоните по телефону 911.

## Журнал измерений уровня глюкозы в крови

Имя: \_\_\_\_\_ Медицинская карта №: \_\_\_\_\_ Дата: \_\_\_\_\_

| Уровень глюкозы крови (ГК) по скользящей шкале insulin: | Перед завтраком<br>Доза insulin короткого действия (единиц) | Перед обедом<br>Доза insulin короткого действия (единиц) | Перед ужином<br>Доза insulin короткого действия (единиц) | В течение дня<br>Доза insulin длительного действия (единиц) |
|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| 70–99 мг/дл                                             |                                                             |                                                          |                                                          |                                                             |
| 100–149 мг/дл                                           |                                                             |                                                          |                                                          |                                                             |
| 150–199 мг/дл                                           |                                                             |                                                          |                                                          |                                                             |
| 200–249 мг/дл                                           |                                                             |                                                          |                                                          |                                                             |
| 250–299 мг/дл                                           |                                                             |                                                          |                                                          |                                                             |
| 300–349 мг/дл                                           |                                                             |                                                          |                                                          |                                                             |
| 350–399 мг/дл                                           |                                                             |                                                          |                                                          |                                                             |
| 400 мг/дл или выше                                      |                                                             |                                                          |                                                          | ____единиц<br>в одно и то же время каждый день              |

В центре MSK целевой диапазон глюкозы крови для людей, получающих лечение от рака, обычно составляет 100–200 мг/дл. Ваш медицинский сотрудник по лечению диабета может дать вам другие рекомендации. Всегда проверяйте уровень глюкозы в крови перед приемом insulin в любом виде. Принимайте insulin в соответствии с указаниями вашего медицинского сотрудника.

| Дата | ГК перед завтраком (натощак) | Доза insulin короткого действия | ГК перед обедом | Доза insulin короткого действия | ГК перед ужином | Доза insulin короткого действия | ГК перед сном | Доза insulin длительного действия |
|------|------------------------------|---------------------------------|-----------------|---------------------------------|-----------------|---------------------------------|---------------|-----------------------------------|
|------|------------------------------|---------------------------------|-----------------|---------------------------------|-----------------|---------------------------------|---------------|-----------------------------------|

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe).

*About Hyperglycemia (High Blood Sugar) - Last updated on November 14, 2023*  
*Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center*

### **Дата последнего обновления**

Вторник, Ноябрь 14, 2023

## **Поделитесь своим мнением**

## **Поделитесь своим мнением**

Ваш отзыв поможет нам скорректировать образовательные материалы, предоставляемые пациентам. Данные, предоставленные вами в этой форме обратной связи, будут недоступны для сотрудников вашей лечащей команды. Пожалуйста, не используйте эту форму для вопросов о вашем лечении. Если у вас есть вопросы по поводу вашего лечения, обратитесь к своему медицинскому сотруднику.

Хотя мы читаем все отзывы, мы не можем ответить на все вопросы. Мы просим не указывать свое имя или какую-либо персональную информацию в этой форме обратной связи.

Вопросы опросника

**Questions**

**Да    В некоторой степени    Нет**

Вам было легко понять эту информацию? ☐ Да ☐ В некоторой степени ☐ Нет

Что следует объяснить более подробно?

Не вводите свое имя или любую персональную информацию.

Отправить