

Модуль III-7

Хронические осложнения

Общая информация

Несмотря на то, что патфизиология и ведение двух основных типов диабета различаются, общим для обоих является развитие таких поздних микро- и макрососудистых осложнений, как ретинопатия, нефропатия, макрососудистое заболевание, периферическая и автономная нейропатия. Эти осложнения связаны с повышенной заболеваемостью и смертностью.

Развитию микрососудистых осложнений способствуют длительность диабета и плохой метаболический контроль. Однако начало интенсивного лечения, на как можно более ранней стадии, может помешать развитию этих осложнений. Поэтому необходимы стратегии их раннего выявления.

Поскольку диабет 2 типа может протекать скрытно на протяжении многих лет прежде чем будет диагностирован, и около 30% людей уже имеют осложнения на момент постановки диагноза, оценка осложнений должна проводиться уже при постановке диагноза и затем повторяться ежегодно. Взрослые с диабетом I типа должны пройти проверку в течение первых 5 лет после постановки диагноза, а затем - ежегодно.

Задачи

- Обеспечить глубокое понимание патофизиологии микро- и макрососудистых осложнений;
- Дать участникам понять, какова их роль в рекомендации и пропагандировании раннего скрининга и своевременного лечения, а в некоторых случаях в проведении скрининга с целью выявления осложнений;
- Рассказать о значении мониторинга и лечения долгосрочных осложнений;
- Понимать психологическое влияние поздних осложнений на самого человека и членов его семьи;
- Рассказать о том, что необходимо быть искренним и позитивно подходить к профилактике и контролю осложнений и что не следует использовать тактику запугивания.

Модуль III-7e

Нарушения сна

Общая информация

Храп – обычное явление для многих людей. Однако для одного из 50 взрослых он становится проблемой, которая снижает работоспособность и увеличивает риск несчастного случая. Обструктивное апноэ сна характеризуется многочисленными кратковременными остановками дыхания во сне, несмотря на непрерывные дыхательные усилия.

Апноэ сна чаще встречается у людей, с избыточным весом или ожирением.

Люди с апноэ сна подвержены более высокому риску развития сердечно-сосудистых заболеваний, а также психосоциальных проблем.

Задачи

- Понять каким образом избыточный вес повышает риск развития апноэ сна;
- Понять, каким образом ожирение через посредство увеличения подкожных или отложений жира вокруг просвета глотки, либо жировой инфильтрации вокруг шеи может привести к сужению верхних дыхательных путей в силу;
- Понять влияние апноэ сна на факторы риска развития таких болезней сердца, как гипертония, опасные для жизни аритмии и снижение минутного сердечного выброса;
- Понять, каким образом пониженный уровень кислорода и повышенный уровень двуокиси углерода в крови отрицательно влияют на такие, уже существующие состояния, как хроническая обструктивная болезнь легких (ХОБЛ).

Цели

После завершения этого модуля участник сможет:

- Продемонстрировать, что апноэ сна является серьезной проблемой для людей с избыточным весом или ожирением;
- Рассказать о том, какое значение имеет объем шеи, превышающий 43 см;
- Рассказать, о том, как храп прогрессирует, переходя в апное сна, когда мышцы гортани во сне расслабляются настолько, что происходит спадение стенок дыхательных путей за языком;
- Показать, почему человек не может выспаться за ночь, даже если он\она не просыпался в течение ночи;

- Рассказать о связи между апноэ сна и работой, вождением или эксплуатацией техники в течение дня;
- Рассказать о связи между апноэ сна и диабетом;
- Рассказать о различных способах диагностики апноэ сна;
- Рассказать о значении методов оценки в диагностике апноэ сна;
- Рассказать об исследованиях сна и диагностике апноэ сна;
- Рассказать о различных способах, которые применялись для лечения этой проблемы в прошлом, в том числе анестезии и введении трубки в трахею;
- Рассказать о применении неинвазивной вентиляции;
- Рассказать о применении постоянного положительного давления в дыхательных путях;
- Рассказать о других способах лечения;
- Рассказать о значении консультаций по правильному питанию для людей с апноэ сна;
- Рассказать о той пользе, которую может принести снижение веса и уменьшение употребления алкоголя;
- Рассказать о научных исследованиях апноэ сна.

Стратегии преподавания	Обучение на основе рассмотрения разных аспектов проблемы; Рассмотрение клинических случаев.
Предполагаемая Продолжительность	30 минут.
Кто преподает данный модуль	Обучающий по диабету.
Оценка обучения	Разработать метод оценки для диагностики апноэ сна.
Литература	<p>Foster G, Nonas C. <i>Managing obesity: a clinical guide</i>. American Dietetic Association. Washington, 2004.</p> <p>IDF Task Force on Epidemiology and Prevention. <i>The IDF consensus statement on sleep apnoea and type 2 diabetes</i>. IDF. Brussels, 2008.</p> <p>Tuomilehto H, Seppä J, Sahlman J on behalf of Kuopio Sleep Apnea Group. Weight reduction and life style intervention as a treatment of mild OSAS – A prospective and randomized study. <i>Sleep Med</i> 2006; 7(Suppl 2): S48.</p>