

Informacja prasowa

## Systemy ciągłego monitorowania glikemii i telemedycyna – to dziś i jutro diabetologii

Jak wynika z raportu „*Rola nowoczesnych metod monitorowania glikemii i telemedycyny w indywidualizacji opieki nad pacjentem z cukrzycą*”<sup>1</sup>, eksperci z obszaru diabetologii podkreślają rolę i znaczenie nowoczesnych rozwiązań teleinformatycznych w utrzymaniu ciągłości współpracy z pacjentem, poprawie zrozumienia cukrzycy oraz oceny zmienności glikemii. Jest to niezwykle istotne dla efektywnego leczenia cukrzycy, nie tylko w dobie pandemii koronawirusa.

Systemy ciągłego monitorowania glikemii zwiększają poczucie bezpieczeństwa i zapewniają wygodę, wynikającą z braku konieczności wielokrotnego nakłuwania opuszek palców w ciągu dnia – wymieniają pacjenci.

### Prawidłowy poziom glukozy – dlaczego jest tak ważny?

Cukrzyca charakteryzuje się wysokim stężeniem glukozy we krwi, który prowadzi do rozwoju jej przewlekłych powikłań, pogorszenia stanu zdrowia oraz jakości życia chorego a przy braku kontroli do znacznego skrócenia życia osoby z cukrzycą. Aby temu zapobiec konieczne jest utrzymanie prawidłowego poziomu cukru we krwi. Ten cel można osiągnąć, dzięki regularnym pomiarom stężenia glukozy. Eksperci podkreślają kluczową rolę pomiarów glikemii i zwracają uwagę, że bez nich nie można mówić o skutecznym leczeniu cukrzycy. Informacja o glikemii jest konieczna do podjęcia właściwych decyzji terapeutycznych.

Do niedawna kryteria wyrównania cukrzycy opierały się na oznaczeniu hemoglobiny glikowanej, która zależy od średniego stężenia glukozy w ciągu ostatnich 3 miesięcy. Jednak pojawienie się i stale rosnąca liczba użytkowników nowoczesnych systemów ciągłego monitorowania glikemii przyczyniły się do opracowania nowych kryteriów wyrównania cukrzycy. Obecnie coraz częściej rekomendowanym parametrem wyrównania glikemii w ciągu doby jest czas spędzony w zakresie docelowym, tzw. normoglikemii (czyli prawidłowej glikemii, takiej jaka występuje fizjologicznie u osób zdrowych).

- *Dane glikemiczne dostępne dzięki systemom ciągłego monitorowania dają dużo pełniejszy i dokładniejszy obraz wahań glikemii u chorego, a wiedza o przebiegu krzywej stężenia glukozy pozwala lepiej kontrolować cukrzycę, co w efekcie zmniejsza ryzyko rozwoju i progresji przewlekłych powikłań choroby. Dzieje się tak między innymi dzięki możliwości retrospektywnej analizy wyników z ostatnich dni i tygodni. Pacjenci mają możliwość zaobserwowania na wykresie trendów zmian poziomu glukozy, co pozwala im zareagować, gdy poziom glukozy zbliży się do zbyt wysokich lub zbyt niskich wartości, a nie tylko wtedy, gdy ta granica zostanie już przekroczona. Monitorowanie i właściwa interpretacja wyników zmian wartości glikemii oraz bieżące reagowanie i zapobieganie pozwala pacjentom z cukrzycą pozostawać znacząco dłużej w stanie normoglikemii niż w przypadku*

<sup>1</sup>[https://cukrzyca.info.pl/aktualnosci/znaczenie\\_nowoczesnych\\_metod\\_monitorowania\\_glikemii\\_i\\_telemedycyny\\_dla\\_poprawy\\_jakosci\\_opieki\\_nad\\_pacjentem\\_z\\_cukrzyca](https://cukrzyca.info.pl/aktualnosci/znaczenie_nowoczesnych_metod_monitorowania_glikemii_i_telemedycyny_dla_poprawy_jakosci_opieki_nad_pacjentem_z_cukrzyca)

stosowania glukometrów. A do tego dążymy w procesie leczenia cukrzycy – wyjaśnia **prof. dr hab. n. med. Krzysztof Strojek**, Konsultant Krajowy w dziedzinie Diabetologii.

### **Nowoczesne urządzenia do monitorowania glikemii zmieniają życie pacjentów**

Diabetologia stała się jednym z obszarów medycyny, w których nowoczesne narzędzia teleinformatyczne nie tylko znajdują coraz szersze zastosowanie, ale również stanowią odpowiedź na potrzebę zindywidualizowania leczenia cukrzycy. Urządzenia, które w sposób ciągły monitorują glikemię, pozwalają pacjentom na obserwację poziomu glukozy przez 24 godziny na dobę, dzięki czemu chorzy oraz ich bliscy stają się bardziej świadomi przebiegu choroby i uczą się podejmować samodzielne decyzje dotyczące diety czy aktywności fizycznej, które korzystnie wpływają na poziom cukru we krwi. Raport "Rola nowoczesnych metod monitorowania glikemii i telemedycyny w indywidualizacji opieki nad pacjentem z cukrzycą" opracowany został na podstawie wyników opublikowanych randomizowanych badań klinicznych, badań z codziennej praktyki lekarskiej jak również własnych szerokich doświadczeń autorów z systemami ciągłego monitorowania. Eksperti wskazują w nim na korzyści ze stosowania systemów dla pacjentów na różnych etapach życia (np. u dzieci, nastolatków, kobiet w ciąży czy seniorów), ich opiekunów i bliskich oraz dla lekarzy. - *Okazało się, że nowoczesne systemy monitorowania glikemii poprawiają skuteczność oraz bezpieczeństwo terapii osób z cukrzycą typu 1 i 2. Co istotne, odnotowano zmniejszenie liczby epizodów oraz skrócenie czasu trwania hiperglikemii oraz hipoglikemii, a zwłaszcza jej nocnych wystąpień* – wyjaśnia **prof. dr hab. n. med. Dorota Zozulińska-Ziółkiewicz**, prezes Polskiego Towarzystwa Diabetologicznego.

Pacjenci, którzy stosują nowoczesne urządzenia do monitorowania glikemii cenią łatwość i wygodę ich wykorzystania – wynika z Raportu. Jako wskazywane przez pacjentów korzyści ze stosowania tych urządzeń eksperci zwracają uwagę na: bezbolesność pomiarów, większą ilość informacji o zmienności glikemii, a także łatwość dokonywania pomiaru, co w efekcie przekłada się na deklaracje pacjentów, że chętniej korzystaliby z systemów do ciągłego monitorowania glikemii niż z tradycyjnych glukometrów. Eksperti zauważają również znaczącą poprawę zrozumienia choroby i jej wpływu na organizm, np. świadomości ryzyka niedocukrzeń, ale też poczucia bezpieczeństwa i prywatności, jakie dają im te urządzenia oraz ułatwienie codziennego funkcjonowania.

### **Czy nowoczesne metody pomiar glikemii są dostępne dla wszystkich pacjentów?**

- *Nowoczesne metody monitorowania glikemii to przełom, spełnienie oczekiwań pacjentów – mówi **Anna Śliwińska**, prezes Polskiego Stowarzyszenia Diabetyków. - To jest przyszłość, która już się dzieje, pewnego rodzaju rewolucja, która poprawia bezpieczeństwo i komfort życia pacjentów. Niestety, obecnie dostęp do refundacji nowoczesnych metod monitorowania glikemii jest przewidziany dla osób poniżej 18 r.ż. dla jednego z systemów oraz poniżej 26 r. ż. dla pozostałych. Powyżej tego wieku pacjent często wraca do stosowania glukometru, co może skutkować gorszym poziomem kontrolowania poziomu cukru, a także obniżeniem komfortu życia. Wielu chorych z cukrzycą odniosłoby rzeczywiste korzyści zdrowotne, gdyby i ich objęła refundacja*– dodaje Anna Śliwińska.

- *Obecnie dużo mówi się o personalizacji leczenia wielu chorób. Współczesna diabetologia także umożliwia dostosowanie leczenia do konkretnego pacjenta, a nie ogółu pacjentów z cukrzycą. Możemy zatem uwzględnić np., wiek pacjenta, inne choroby, z którymi się zmagają, tryb życia i aktywność fizyczną. Te wszystkie dane mają wpływ na wyniki pomiaru glikemii oraz leczenie. Sami pacjenci, obserwując na podstawie częstych pomiarów trendy przebiegu glikemii, uczą się rozpoznawać, co im służy, a co nie. Wiedzą np. czy idąc na spacer powinni coś zjeść lub wziąć ze sobą coś do zjedzenia, - co jeść, a czego unikać. Dzięki tym wszystkim informacjom pacjent nie jest już*

biernym pacjentem, który czeka na głos lekarza, ale staje się jego partnerem będąc bardziej świadomym cukrzycy – mówi **prof. dr hab. n. med. Małgorzata Myśliwiec**, Katedra i Klinika Pediatrii, Diabetologii i Endokrynologii Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego.

- Szczególnymi pacjentkami są kobiety w ciąży, które wymagają stałej prawidłowej kontroli poziomu cukru, co ma znaczenie zarówno dla matki i jej dziecka. Kobiety w ciąży bardzo potrzebują dostępu do nowoczesnych rozwiązań, ponieważ źle leczona cukrzyca prowadzi do niezwykle poważnych powikłań zarówno dla niej i dla dziecka. Hiperglikemia w II i III trymestrze ciąży jest czynnikiem decydującym o nadmiernej masie ciała dziecka, która z kolei jest istotnym czynnikiem ryzyka powikłań okołoporodowych matki (cięcia cesarskie, urazy dróg rodnych, krwotoki, atonia macicy) i u dziecka (dystocja barkowa, porażenie splotu barkowego, wylewy wewnątrzczaszkowe, oraz po porodzie niedocukrzenia i hiperbilirubinemia) - tłumaczy **prof. dr hab. n. med. Krzysztof Czajkowski**, Krajowy Konsultant w dziedzinie Położnictwa

- Stosowanie takich systemów należy rozpatrywać jednak nie tylko w aspekcie medycznym, ale też ludzkim. Aspekt ludzki to zamiana codziennego, wielokrotnego nakłuwania palców na wymieniany co 2 tygodnie czujnik oraz dodatkowo możliwość dyskretnej kontroli glikemii bez „stygmatyzowania” cukrzycą. Jestem przekonany, że to ludzkie oblicze kontroli glikemii jest równie ważne jak medyczne – podsumowuje **prof. dr hab. n. med. Krzysztof Czajkowski**.

- Przeprowadzone w ostatnich latach badania pokazują, że to właśnie możliwość ciągłego monitorowania glikemii znacząco przyczynia się do zmniejszenia powikłań zarówno u ciężarnych z cukrzycą, jak również ich noworodków. Warto pamiętać, że dbając o najwyższą jakość opieki nad kobietami w ciąży przyczyniamy się również do poprawy zdrowia przyszłych pokoleń. – dodaje **prof. dr hab. n. med. Mirosław Wielgoś**, Konsultant Krajowy ds. Perinatologii.

### **Telemedycyna wsparciem pacjenta i lekarza w czasie pandemii**

Skutki pandemii COVID-19 negatywnie odbijają się na funkcjonowaniu przeciążonego systemu opieki zdrowotnej w Polsce. Dostęp do lekarzy specjalistów jest utrudniony, a pacjenci w obawie przed zakażeniem niekiedy rezygnują z wizyt lekarskich. Sytuacja diabetyków w czasie epidemii jest szczególnie trudna, są oni bowiem dużo bardziej zagrożeni ciężkim przebiegiem choroby przy zakażeniu koronawirusem, szczególnie jeśli choroba nie jest dobrze kontrolowana. Nowoczesne metody teleinformatyczne wychodzą na naprzeciw obecnym wyzwaniom i pozwalają na skuteczniejszą kontrolę choroby i poprawienie komunikacji na linii pacjent – lekarz. Jak wykazały dane z Raportu - narzędzia teleinformatyczne stanowią „platformę dla pacjenta i zespołu terapeutycznego podnoszącą jakość opieki” – *To jest przyszłość medycyny, która już teraz jest dostępna dla pacjenta. W dobie pandemii koronawirusa, kiedy bezpośredni kontakt z lekarzem bywa utrudniony, nowoczesne systemy do monitorowania glikemii dają ogromne możliwości. Poprawiają jakość komunikacji lekarza z pacjentem, dzięki czemu ta opieka nad chorym jest bardziej efektywna i kompleksowa, a chorzy mają poczucie właściwego zaopiekowania przez lekarza. Każdy pacjent powinien mieć możliwość z tego skorzystać* – wyjaśnia **prof. dr hab. n. med. Maciej T. Małecki**, Katedra i Klinika Chorób Metabolicznych Collegium Medicum Uniwersytetu Jagiellońskiego.

W dłuższej perspektywie, zastosowanie systemów monitorowania glikemii może pomóc w zmniejszeniu liczby powikłań cukrzycy, podnieść jakość i długość życia chorych, poprawić efektywność leczenia i zmniejszyć skutki ekonomiczne tej choroby. Jednak, co najważniejsze w dobie pandemii, telemedycyna jest w stanie ułatwić kontakt z lekarzem, zapewnić bieżącą analizę wyników, a co za tym idzie, wpłynąć na poczucie bezpieczeństwa pacjentów oraz ich bliskich.

---

Cukrzyca to przewlekła choroba metaboliczna, która jako pierwsza choroba niezakaźna została uznana przez ONZ za epidemię XXI wieku. Jak podaje Światowa Organizacja Zdrowia, liczba chorych na cukrzycę na świecie wynosi ponad 420 mln (WHO, 2016), a w Polsce około 3 mln<sup>2</sup> i wciąż dynamicznie rośnie. Podstawowym celem leczenia cukrzycy, jest zapobieganie możliwości rozwinięcia powikłań. Nieleczona lub niewłaściwie leczona choroba, może bowiem doprowadzić w konsekwencji do takich powikłań jak: zaburzenia czynności narządów i układów spowodowanych uszkodzeniem naczyń krwionośnych, do zawału serca, udaru mózgu, utraty wzroku, amputacji kończyn dolnych, a nawet przedwczesnego zgonu.

---

<sup>2</sup> <https://www.pacjent.gov.pl/artykul/cukrzyca-w-liczbach>