

• 糖尿病血糖管理 •

规范自我血糖监测, 优化糖尿病管理

朱大龙

目前,我国糖尿病患者高达 1.14 亿,占全球的 1/3,意味着全球每 3 个糖尿病患者中就有 1 个来自中国。糖尿病已经成为我国重大公共卫生问题之一。

糖尿病是一种终身性的慢性、代谢性疾病。在糖尿病的综合管理中,尤其对于接受胰岛素治疗的糖尿病患者,必须定期进行血糖监测。空腹血糖、餐后血糖水平升高,明显的血糖波动,均会增加糖尿病并发症的发病风险。通过日常血糖控制避免血糖的极高值和极低值,并降低由于血糖控制不佳而引起的长期并发症的发生,需要糖尿病患者与医务工作者共同积极参与,培养良好的自我血糖监测(SMBG)的习惯尤为重要,可真实反映血糖变化及治疗的实际效果,及时调整治疗方案,降低总体医疗费用负担。

1 规范的 SMBG 是糖尿病管理的关键

美国糖尿病控制与并发症试验(DCCT)是一项针对 1 型糖尿病设计的、迄今为止规模最大、随访时间最长的前瞻性随机、对照研究。DCCT 始于 1983 年,1994 年 DCCT 结束后继续对 95%受试者进行随访研究(EDIC 研究),进一步探讨了强化治疗对于并发症的长期益处。

DCCT/EDIC 研究显示,与常规治疗组(胰岛素注射每日 1~2 次,每日 SMBG,但胰岛素用量不进行每日调整)的患者相比,采取强化治疗(胰岛素注射或胰岛素泵每日 ≥ 3 次、SMBG 每日 ≥ 4 次、根据血糖监测情况、饮食和运动调整胰岛素用量)的患者,血糖水平降低,视网膜病变风险降低 76%,白蛋白尿风险降低 56%,5 年临床神经病变风险降低 69%,心血管疾病风险降低 42%,非致命性心肌梗死、卒中或心血管疾病死亡风险降低 57%。

2013 年 6 月,第 73 届美国糖尿病协会年会报道了 DCCT/EDIC 研究的最新结果,强化治疗带来长达 18 年的获益,并使 1 型糖尿病患者的并发症发生率降低 50%。

国际糖尿病联盟、美国糖尿病协会和英国国家健康和临床医疗研究所等发布的指南均强调,SMBG 是糖尿病综合管理和教育的重要组成部分,建议所有糖尿病患者都应该进行 SMBG。在胰岛素治疗的患者中应用 SMBG 能改善代谢控制,并可能减少糖尿病相关终点事件。建议接受胰岛素治疗的患者每天应至少监测血糖 3 次。

中华医学会糖尿病学分会发布的《中国血糖监测临床应用指南(2011 版)》(简称《指南》)明确指出:SMBG 是最基本的评价血糖控制水平的手段。一方面,SMBG 能反映实时血糖水平,评估餐前和餐后高血糖以及生活事件和降糖药物对血糖的影响,发现低血糖,有助于为患者制定个体化生活方式和优化药物的干预方案,提高治疗的有效性和安全性;另一方面,SMBG 作为糖尿病自我管理的一部分,可帮助糖尿病患者更好地了解自身疾病状态,并提供一种积极参与糖尿病管理、按需调整行为及药物干预、及时向医务工作者咨询的

手段,从而提高患者的治疗依从性。

《指南》也同时指出,2 型糖尿病患者,无论是接受口服降糖药物治疗,还是接受胰岛素治疗的患者,都需要自我血糖监测。尤其是接受胰岛素治疗的患者,需要每日至少 3 次的 SMBG;针对接受胰岛素强化治疗(多次胰岛素注射或胰岛素泵治疗,并常规监测血糖)的患者,在治疗开始阶段应每天监测血糖 5~7 次,涵盖空腹,3 餐前、后和睡前几个时间节点。

2 新型血糖监测系统方便患者更好的进行 SMBG

然而,许多患者往往由于耗时太长、实施困难等原因疏于血糖监测,从而导致胰岛素剂量使用不当(注射过多或过少),血糖水平低于或高于目标范围。一方面,注射过多的胰岛素会发生低血糖,每年,每 100 例接受胰岛素治疗的糖尿病患者中约发生 11 次严重的低血糖,而约 30%的严重低血糖的发生可导致昏迷和癫痫的发作,从而增加患者的治疗成本。另一方面,注射过少的胰岛素不能有效控制血糖,低胰岛素水平可致高糖血症,引起糖尿病酮症酸中毒,严重者将危及生命。

据统计,超过 60%的 1 型糖尿病患者每天血糖监测少于 1 次,约 1/4 的 1 型糖尿病患者每周血糖监测少于 1 次。在接受胰岛素治疗的 2 型糖尿病患者中,也仅有 32%进行血糖监测。一项针对 162 例接受胰岛素治疗的患者的调查表明:更少的测量痛苦是鼓励患者按照推荐频率监测血糖的关键因素。

罗氏血糖仪/逸动型(Accu-Chek[®] Mobile)拥有独特的卡带式技术,一卷卡带可进行 50 次检测,一个针鼓里装有 6 根采血针,患者无需额外携带单个试纸或采血针,方便血样采集。专利采血技术,仿若无痛。只需 0.3 μ l 采血量,5 s(视浓度而定)即可完成单次测量,且自动调码,减少潜在的检测差错。直接连接电脑方便查看血糖报告。与使用试纸的血糖仪相比,罗氏血糖仪/逸动型(Accu-Chek[®] Mobile)操作简单,仅需 4 个简单步骤,减少了患者单次检测所需时间,测糖从此简逸无忧。

丹麦一项入组 1 112 名用户的体验调查,罗氏血糖仪逸动型(Accu-Chek[®] Mobile)EXPERIENCE 计划表明,超过 80%的用户认为该血糖仪比以单条试纸技术的血糖仪更节省时间、使用起来更加方便。其中,142 例血糖监测依从性差的患者(未达到美国糖尿病协会指南推荐的每周监测 ≥ 21 次),在使用了罗氏血糖仪/逸动型(Accu-Chek[®] Mobile)后,每周监测数量从 7.5 次增至 18.4 次,增加了 1 倍以上。可见,使用罗氏血糖仪/逸动型(Accu-Chek[®] Mobile)能大幅度提高糖尿病患者的血糖监测依从性,协助他们更好地进行 SMBG。

据悉,该款新型罗氏血糖仪/逸动型(Accu-Chek[®] Mobile)已于 2014 年 1 月在中国上市,从而造福更多的中国患者。

(收稿日期:2014-02-02)