



Памятка пациента: Как правильно и безопасно принимать глифлозины (иНГЛТ-2)

Понятное руководство по приему препарата, защите организма и повседневным привычкам.

Сохраните эту памятку для ежедневного использования.



Тройной щит: Для чего вам назначен этот препарат?

Глифлозины — это уникальный класс лекарств, который работает сразу в трех направлениях, даже если у вас есть только одно из этих заболеваний.



Защита сердца

Снижает риск госпитализаций и защищает при хронической сердечной недостаточности (ХСН).



Защита почек

Замедляет прогрессирование хронической болезни почек (ХБП) и снижает потерю белка.



Снижение сахара

Эффективно снижает уровень глюкозы при сахарном диабете 2-го типа.

Названия препаратов в аптеке: Дапаглифлозин, Эмпаглифлозин (Джардинс), Канаглифлозин, Ипраглифлозин.

Действующее вещество

Дапаглифлозин
Эмпаглифлозин
Канаглифлозин
Ипраглифлозин
Эртуглифлозин

Дозы

5, 10 мг
10, 25 мг
100, 300 мг
50 мг
5 мг

Показания, зарегистрированные в РФ

СД 2-го типа, ХСН, ХБП
СД 2-го типа, ХСН, ХБП
СД 2-го типа, ХСН и ХБП у пациентов с СД 2-го типа
СД 2-го типа
СД 2-го типа

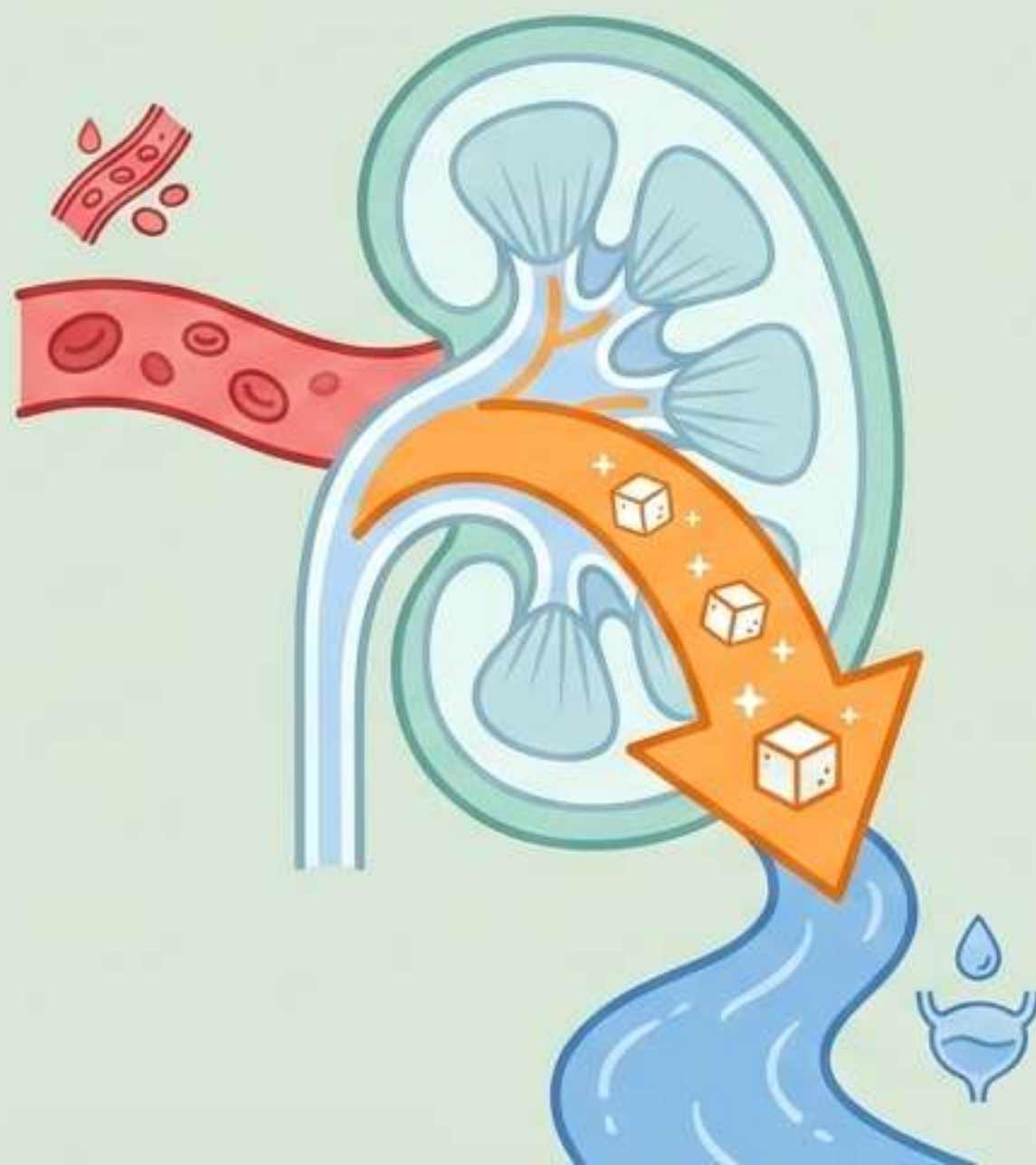
Как это работает: Эффект «промывания»

Препарат блокирует возвращение сахара в кровь. Вместо этого почки активно выводят лишнюю глюкозу вместе с мочой.



Уходит вода.

Сахар «тянет» за собой воду, поэтому вы будете чаще ходить в туалет. (Приводит к легкому обезвоживанию)



Сладкая среда.

Моча становится сладкой, что является питательной средой для бактерий. (Требует особой гигиены)

Что происходит с организмом? (Не пугайтесь, если...)



Сахар в анализе мочи

Это не ухудшение диабета! Это прямое доказательство того, что препарат работает и выводит лишний сахар.



Снижение веса

Вы можете потерять от 1 до 3 кг за счет выведения калорий (глюкозы) и лишней жидкости.



Небольшое снижение давления

Верхнее давление может снизиться на 3–6 единиц. Это полезно для сосудов.



Изменение креатинина

В первый месяц почечный показатель (креатинин) может немного вырасти (до 30%). Это нормальная реакция перестройки давления внутри почек.

4 правила безопасной жизни с препаратом



Правило 1: Питьевой режим и давление.



Правило 2: Интимная гигиена.



Правило 3: Уход за стопами и контроль сахара.



Правило 4: «Правило больных дней» (Кетоацидоз).

Правило 1: Больше воды, чтобы избежать обезвоживания



1,5–2 Литра

Пейте 1,5–2 литра воды в сутки. Регулярное питье помогает «вымывать» бактерии и компенсирует потерю жидкости.



Осторожно при ХСН!

Если у вас выраженная сердечная недостаточность и есть отеки — обязательно согласуйте объем жидкости с кардиологом.



Вставайте медленно.

Препарат снижает давление. Резкий подъем с кровати может вызвать головокружение.

Правило 2: Строгая интимная гигиена

Помните: сладкая моча — идеальная среда для грибка (молочницы).



Вода после туалета

Подмывайтесь теплой водой или используйте влажные салфетки после каждого мочеиспускания.



Регулярный душ

Соблюдайте ежедневную гигиену перед сном. Не допускайте переохлаждения.



Хлопковое белье

Носите свободное белье из хлопка. Избегайте тесной синтетики, которая создает «парниковый эффект».



Мягкие средства

Используйте только специальные гели со сбалансированным pH. Никакого агрессивного мыла.

Правило 3: Контроль стоп и уровня сахара



Ежедневный осмотр ног

- Ежедневно осматривайте стопы на предмет покраснений, мозолей и ранок.
- Держите ноги сухими.
- Носите только удобную, не тесную обувь.

⚠ При незаживающей ранке — срочно к врачу.



Риск гипогликемии

- Сам препарат редко роняет сахар ниже нормы.
- Риск возрастает только если вы параллельно колете инсулин или принимаете препараты сульфонилмочевины.

✓ Всегда имейте при себе быстрые углеводы (кусочек сахара, сок).

Правило 4: «Правило больных дней»

При сильном стрессе для организма может развиваться опасное состояние — кетоацидоз (накопление кислот в крови), даже если сахар в норме!

Если у вас:



Высокая температура
Рвота или диарея
Подготовка к хирургической операции
Строгое голодание (кето-диета)

Ваши действия:



ВРЕМЕННО ПРЕКРАТИТЬ прием препарата.
Увеличить питье воды.

Связь с врачом:



Сообщите лечащему врачу об отмене.
Возврат к таблеткам — только после выздоровления.



Срочно в скорую, если появились:

Запах ацетона изо рта, нетипичная сильная усталость, тошнота и боль в животе, учащенное дыхание.

Особые указания для пациентов 65+



Это безопасно. Препарат официально разрешен и эффективен в пожилом возрасте. Ограничений по возрасту нет. Доказано улучшение физических способностей.



Риск обезвоживания. С возрастом чувство жажды притупляется. Если вы принимаете другие мочегонные (диуретики), риск слабости из-за потери жидкости возрастает.




Что делать? Строго следить за питьевым режимом. Завести бутылку для воды. Вставать с кровати плавно, чтобы не кружилась голова.

Светофор симптомов: Матрица самочувствия

Что я чувствую (Симптом)	Что это значит (Причина)	Что делать (Действие)
Частые походы в туалет, легкая сухость во рту.	Препарат выводит сахар и воду.	Продолжать прием. Выпить стакан воды. 
Зуд, покраснение, творожистые выделения в интимной зоне / Жжение при мочеиспускании.	Грибковая или бактериальная инфекция.	Не отменять препарат самостоятельно! Обратиться к врачу за кремом/мазью. Усилить гигиену. 
Сильная тошнота, рвота, боль в животе, запах ацетона, спутанность сознания.	Риск кетоацидоза (ЭДКА).	НЕМЕДЛЕННО прекратить прием и вызвать скорую помощь. 

Ваш чек-лист на каждый день (Памятка на холодильник)



- Я пью достаточно воды (1.5–2 литра), если врач не запретил.
- Я подмываюсь теплой водой после туалета и ношу хлопковое белье.
- Я каждый вечер осматриваю свои стопы на наличие мозолей и ранок.
- Я встаю с кровати медленно, чтобы избежать головокружения.
- Я знаю, что при высокой температуре, рвоте или перед операцией препарат нужно временно отменить (правило «больных дней»). 

**Данная памятка носит информационный характер. При любых сомнениях обращайтесь к вашему лечащему врачу.*