

10 признаков диабетического кетонацидоза (ДКА)

Как распознать опасное осложнение диабета и вовремя спасти жизнь.
Простая инструкция для пациентов и их близких.



ВНИМАНИЕ:

Данная информация носит исключительно ознакомительный характер.

Диабетический кетонацидоз — жизнеугрожающее состояние. При подозрении на ДКА требуется срочная консультация врача или вызов скорой помощи. Не занимайтесь самолечением.

Что такое диабетический кетоацидоз (ДКА)?

Суть проблемы:

Острое и потенциально смертельное осложнение сахарного диабета, развивающееся иногда всего за 24 часа.

Причина:

Критический дефицит инсулина в организме.

**Кислотная среда /
Ацидоз**

Токсичность:

Кровь буквально «закисляется» из-за накопления кетоновых тел (продуктов распада жиров).

Кто в зоне риска:

Чаще всего пациенты с диабетом 1 типа, но в редких случаях встречается и при 2 типе.

Механизм развития: Эффект «Запертой двери»

Нормальное состояние



Норма: Инсулин — это «ключ». Он открывает клетку, чтобы глюкоза из крови могла войти и дать организму энергию.

Развитие ДКА



⚠ Сбой: Нет инсулина = «дверь» заперта. Глюкоза остается в крови, а клетки «голодают».

⚠ Резервный генератор: Чтобы выжить, организм экстренно сжигает собственные жиры.

⚠ Токсичный выхлоп: Побочный продукт распада жиров — кетоновые тела (кислоты). Они быстро накапливаются и отравляют организм.

Главные провокаторы ДКА: Кто в зоне риска?



Инфекции и болезни

Пневмония, грипп, ИМП. Во время болезни организм вырабатывает гормоны стресса (адреналин, кортизол), которые блокируют действие инсулина.



Ошибки терапии

Пропуск укола инсулина, использование просроченного/испорченного препарата или техническая поломка инсулиновой помпы (загиб канюли).



Острый стресс

Серьезные физические травмы, хирургические операции, инфаркт или сильные эмоциональные потрясения.



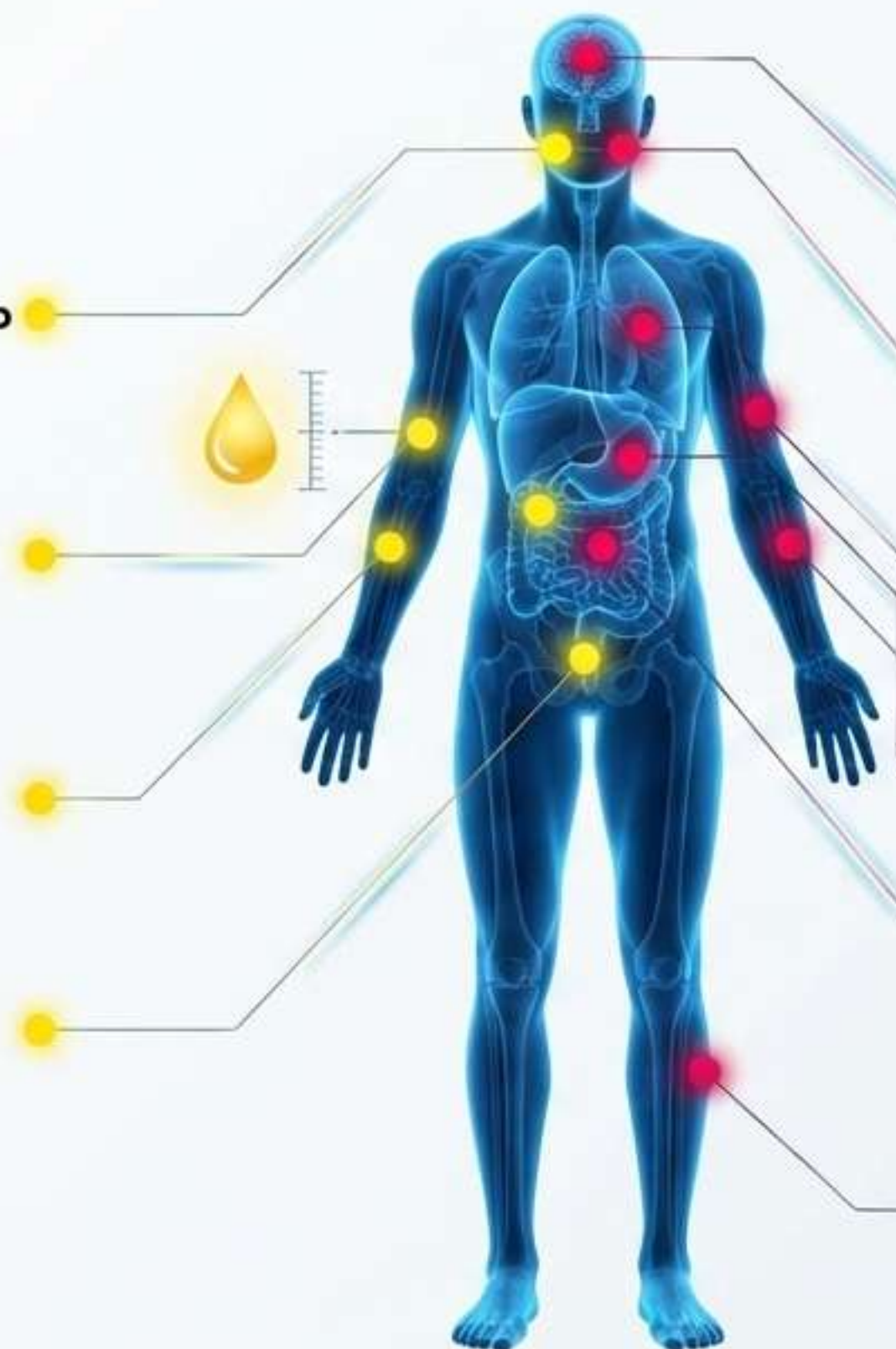
Новые лекарства

Прием глюкокортикоидов или ингибиторов НГЛТ-2 (могут вызвать опасный «скрытый» зугликемический ДКА).

Анатомия опасности: 10 признаков ДКА

Ранние симптомы (Желтые маркеры):

1. Сильная жажда и сухость кожи / во рту.
2. Учащенное мочеиспускание.
3. Высокий сахар в крови (> 13.9 ммоль/л).
4. Появление кетонов в моче или крови.



Острые симптомы (Красные маркеры):

5. Тошнота и сильная рвота (неспособность пить).
6. Резкая боль в животе.
7. Выраженная слабость и потеря ориентации.
8. Глубокое, шумное дыхание (дыхание Куссмауля).
9. Фруктовый запах (запах ацетона) изо рта.
10. Спутанность или потеря сознания.

Диагностическая матрица: Виды гипергликемических кризов

	Классический ДКА	Гиперосмолярный синдром (ГС)	Эугликемический ДКА
Кто подвержен?	В основном Диабет 1 типа.	Диабет 2 типа (особенно пожилые).	Принимающие ингибиторы НГЛТ-2.
Уровень сахара	> 13.9 ммоль/л.	Экстремально высокий (> 33.3 ммоль/л).	НОРМАЛЬНЫЙ (< 13.9 ммоль/л) — Опасно: легко пропустить!
Уровень кетонов	Очень высокий.	Мало или отсутствуют.	Очень высокий.
Главный симптом	Запах ацетона, рвота.	Сильнейшее обезвоживание, судороги.	Симптомы ДКА на фоне нормального сахара.

Тестирование: Когда и как проверять кетоны?

Триггеры для проверки



Сахар > 13.9 ммоль/л
(или > 13.3 дважды подряд).

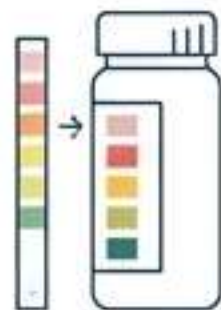


Во время простуды, инфекции
или сильного стресса.



При появлении тошноты,
рвоты или боли в животе.

Как проверять мочу (Тест-полоски)



- 1. Соберите мочу.
- 2. Погрузите тест-полоску.
- 3. Подождите 15 секунд.
- 4. Сравните цвет с палитрой на упаковке.

Как проверять кровь (Глюкометр)



- 1. Используйте специальный глюкометр.
- 2. Вставьте полоску на кетоны.
- 3. Нанесите каплю крови.
- 4. Оцените результат на экране. (Метод точнее и быстрее).

Интерпретация результатов (Цветовая шкала)

Светло-желтый / Норма

Показатель: 0,0–0,6 ммоль/л
(или Отрицательный).

Статус: Кетонов нет или их количество безопасно.

Действие: Продолжайте обычный контроль сахара и терапию.

Оранжевый / Умеренный уровень

Показатель: 0,6–1,5 ммоль/л
(или Следы/Умеренно).

Статус: Организм начал расщеплять жиры.

Действие: Пейте больше воды (без сахара). Воздержитесь от физических нагрузок. Проверьте сахар и кетоны снова через 2 часа.

Темно-фиолетовый / Критич. уровень

Показатель: > 1,5 ммоль/л
(или Высокий / Темный цвет).

Статус: КРИТИЧЕСКАЯ ОПАСНОСТЬ АЦИДОЗА.

Действие: Немедленно свяжитесь с врачом. Не пытайтесь снизить сахар слишком быстро самостоятельно.

Дерево решений: Врач или Скорая помощь?

Положительный тест
на кетоны

Срочно звонить лечащему врачу

- Сахар стабильно выше нормы.
- Умеренный уровень кетонов.
- Есть тошнота, НО вы можете пить воду и удерживать жидкость.
- Вы не уверены, как скорректировать дозу инсулина.

Немедленно вызывать 103

- Сахар превысил 16.7 ммоль/л.
- Высокий уровень кетонов в моче/крови.
- Сильная рвота (невозможность пить более 2 часов).
- Спутанность сознания, слабость, дыхание Куссмауля.

⚠ Важно: ДКА лечится только в условиях стационара (внутривенная гидратация, электролиты и инсулин). Не пытайтесь лечить тяжелый кетоацидоз дома!

Правила безопасности: Как предотвратить ДКА



Строгий мониторинг. Регулярно измеряйте сахар (3-4 раза в день) и ведите дневник. Если сахар $> 11-13.9$ ммоль/л несколько дней подряд — бейте тревогу.



«Правило болезни». Имейте заранее согласованный с врачом план действий на случай простуды, инфекции или операции. Во время болезни потребность в инсулине часто возрастает.



Экстренная аптечка. Всегда имейте при себе работающий глюкометр, непросроченный запасной инсулин, батарейки для помпы и тест-полоски на кетоны.



Связь с врачом. Никогда не отменяйте базовый инсулин полностью, даже если вы не можете есть из-за тошноты. Любые изменения дозировки согласовывайте с эндокринологом.

Главные выводы



Время решает все

ДКА — это стремительное состояние, которое может развиваться за 24 часа.

Своевременное выявление кетонов на ранней стадии буквально спасает жизнь.



Доверяйте тестам

Не полагайтесь только на самочувствие.

Обязательно измеряйте кетоны при сахаре > 13.9 ммоль/л, во время любых инфекций или при необъяснимой тошноте.



Только стационар

Кетоацидоз — это экстренная медицинская ситуация.

За кисление крови и критическое обезвоживание требуют капельниц и профессионального контроля.