



**PROGRAM SZKOLENIA – CUKRZYCA TYPU 2
dla osób chorych na cukrzycę typu 2 i ich bliskich**

I.	Wstęp – cukrzyca pandemią XXI wieku	15'
II.	Cukrzyca	15'
	1. Patogeneza	
	2. Rozpoznawanie	
III.	Prewencja i opóźnianie rozwoju cukrzycy	15'
IV.	Objawy cukrzycy	15'
V.	Samokontrola i samoopieka	45'
	1. Monitorowanie stężenia glukozy we krwi	
	1.1 Glukometry	
	1.2 Metody ciągłego pomiaru glukozy	
	2. Samoopieka	
	3. Ćwiczenia praktyczne	
	Przerwa	15'
VI.	Terapie behawioralne	30'
	1. Żywność	
	2. Aktywność fizyczna	
VII.	Leczenie farmakologiczne	45'
	1. Algorytm leczenia	
	2. Leki	
	2.1. Metformina	
	2.2. Sulfonilomocznik	
	2.3. Flozyny	
	2.4. Leki inkretynowe	
	2.5. Pioglitazon	
	2.6. Insuliny	
	2.6.1 Profile działania insuliny	
	2.6.2 Techniki podawania insuliny, teoria i ćwiczenia praktyczne	
	Przerwa	15'

„Działania edukacyjne skierowane do pacjentów z cukrzycą oraz ich rodzin i opiekunów mające na celu ograniczenie powikłań cukrzycy oraz poprawę jakości i długości życia chorych”.

Zadanie realizowane ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021-2025,
finansowane przez Ministra Zdrowia.



- VIII. Powikłania cukrzycy 45'**
1. Powikłania ostre
 - 1.1 Hipoglikemia
 - 1.2 Hiperglikemia
 2. Powikłania przewlekłe
 - 2.1 Choroby sercowo-naczyniowe
 - 2.2 Neuropatia cukrzycowa
 - 2.3 Zespół stopy cukrzycowej
 - 2.4 Cukrzycowa choroba nerek
 - 2.5 Cukrzycowa choroba oczu
- IX. Inne problemy zdrowotne towarzyszące cukrzycy typu 2 30'**
1. Hipercholesterolemia
 2. Schorzenia skórne
 3. Schorzenia stomatologiczne
 4. Schorzenia układu płciowego
- Przerwa 45'**
- X. Zasady korzystania z opieki medycznej 15'**
1. Badania kontrolne
 2. Częstość wizyt
- XI. Aspekty psychologiczne w cukrzycy 45'**
1. Reakcja na diagnozę
 2. Rola motywacji
 3. Poczucie odpowiedzialności za wynik terapii
 4. Wsparcie bliskich i organizacji pozarządowych
 5. Coaching w leczeniu cukrzycy
- XII. Postępowanie w sytuacjach szczególnych 15'**
1. Podróż
 2. Praca zmianowa
 3. Operacja/zabieg medyczny
- XIII. Przepisy prawa a cukrzyca 15'**
1. Prawa socjalne
 2. Prawa i obowiązki pracodawcy i pracownika
- XIV. Zasady zdrowego życia z cukrzycą 15'**
- XV. Sesja pytań i odpowiedzi**

„Działania edukacyjne skierowane do pacjentów z cukrzycą oraz ich rodzin i opiekunów mające na celu ograniczenie powikłań cukrzycy oraz poprawę jakości i długości życia chorych”.
Zadanie realizowane ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021-2025,
finansowane przez Ministra Zdrowia.