

ШКОЛА ДИАБЕТА: СОВРЕМЕННЫЙ ВЗГЛЯД НА ОБУЧЕНИЕ ПАЦИЕНТОВ С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ

Кобилова Сабрина Бехрузовна, Алиева Анна Валерьевна

Республиканский специализированный научно-практический медицинский центр
эндокринологии им. акад. Ё.Х. Туракулова, Ташкент, Узбекистан

Кобилова Сабрина Бехрузовна kabilova_s00@mail.ru <https://orcid.org/0009-0007-4759-5493>

Актуальность:

Сахарный диабет остаётся одной из наиболее актуальных медико-социальных проблем современного здравоохранения, характеризующейся высокой распространённостью, риском развития хронических осложнений и необходимостью постоянного самоконтроля заболевания. В современных условиях особое значение приобретает структурированное терапевтическое обучение пациентов, направленное на формирование практических навыков самостоятельного управления заболеванием и повышение приверженности лечению.

Современная школа диабета представляет собой систему комплексного обучения пациентов принципам рационального питания, подсчёту хлебных единиц, методам самоконтроля гликемии, основам инсулинотерапии, профилактике гипогликемических состояний и хронических осложнений сахарного диабета. Особую роль в современной диабетологии играет внедрение систем непрерывного мониторингирования глюкозы (Continuous Glucose Monitoring, CGM), позволяющих проводить динамическую оценку уровня гликемии в режиме реального времени и повышать эффективность терапии.

По данным современных исследований, структурированное обучение пациентов в сочетании с использованием CGM ассоциировано с улучшением показателей гликемического контроля, увеличением времени нахождения уровня глюкозы в целевом диапазоне (Time in Range, TIR $\geq 70\%$), снижением частоты гипогликемических состояний на 30–40%, уменьшением вариабельности гликемии и повышением качества жизни пациентов. Установлено, что пациенты, прошедшие обучение в школе диабета, демонстрируют более высокий уровень компенсации заболевания и реже нуждаются в госпитализации.

Цель исследования: оценить значение школы диабета как современного метода терапевтического обучения пациентов с сахарным диабетом и определить влияние структурированного обучения и систем непрерывного мониторингирования глюкозы на эффективность гликемического контроля и профилактику осложнений заболевания.

Материалы и методы исследования:

Проведён анализ современных литературных данных, посвящённых терапевтическому обучению пациентов с сахарным диабетом, применению систем непрерывного мониторингирования глюкозы и их влиянию на показатели метаболического контроля.

Анализировались показатели Time in Range (TIR), частота гипогликемических состояний, приверженность пациентов лечению и качество жизни.

Результат:

Анализ литературных данных показал, что школа диабета является важнейшим компонентом современной диабетологической помощи. Структурированное обучение способствует формированию у пациентов практических навыков самоконтроля, правильной интерпретации показателей гликемии и безопасного применения инсулинотерапии. Использование систем непрерывного мониторинга глюкозы значительно расширяет возможности терапевтического обучения и позволяет своевременно выявлять гипогликемические и гипергликемические состояния, корректировать терапию и повышать безопасность лечения.

Особое значение в современной диабетологии приобретает достижение целевых показателей Time in Range как одного из ключевых критериев качества гликемического контроля. Индивидуализированный подход к обучению способствует повышению мотивации пациентов, улучшению метаболического контроля и снижению риска поздних осложнений сахарного диабета.

Выводы:

Школа диабета является неотъемлемой частью современной диабетологической помощи и эффективным инструментом профилактики осложнений сахарного диабета. Структурированное терапевтическое обучение в сочетании с использованием систем непрерывного мониторинга глюкозы способствует повышению эффективности самоконтроля, улучшению показателей Time in Range, снижению частоты гипогликемических состояний и повышению качества жизни пациентов.

DIABETES SCHOOL: A MODERN VIEW ON EDUCATION OF PATIENTS WITH DIABETES MELLITUS

Kobilova Sabrina Bekhruzovna, Alieva Anna Valeryevna

Republican Specialized Scientific and Practical Medical Center of Endocrinology named after Academician Yo.Kh. Turakulov, Tashkent, Uzbekistan

Kobilova Sabrina Bekhruzovna - kabilova_s00@mail.ru

<https://orcid.org/0009-0007-4759-5493>

Abstract

Diabetes mellitus remains one of the most significant medical and social problems of modern healthcare due to its high prevalence, risk of chronic complications, and the necessity for continuous self-management. Structured therapeutic education plays an essential role in modern

diabetology and is aimed at improving patients' practical skills in disease self-management and increasing adherence to therapy.

A modern diabetes school includes education on rational nutrition, carbohydrate counting, self-monitoring of blood glucose, insulin therapy, prevention of hypoglycemia, and chronic complications of diabetes mellitus. Continuous glucose monitoring (CGM) systems significantly expand the possibilities of therapeutic education by allowing real-time assessment of glycemic fluctuations and optimization of treatment strategies.

Recent studies demonstrate that structured diabetes education combined with CGM use is associated with improved glycemic control, increased Time in Range (TIR $\geq 70\%$), reduction in hypoglycemic episodes by 30–40%, decreased glycemic variability, and improved quality of life. Patients who complete diabetes school programs demonstrate better metabolic compensation and require hospitalization less frequently.

The aim of this study was to evaluate the role of diabetes school as a modern method of therapeutic education and to assess the impact of structured education and continuous glucose monitoring systems on glycemic control and prevention of diabetes complications.

The study included an analysis of contemporary literature data regarding therapeutic education, continuous glucose monitoring systems, glycemic control, Time in Range indicators, treatment adherence, and quality of life in patients with diabetes mellitus.

The analysis demonstrated that diabetes school is an essential component of modern diabetes care. Structured therapeutic education combined with continuous glucose monitoring contributes to improved glycemic management, safer insulin therapy, reduction of hypoglycemic episodes, and better patient outcomes.

Keywords: diabetes mellitus; diabetes school; therapeutic education; continuous glucose monitoring; CGM; Time in Range; glycemic control; insulin therapy.