Memorial Sloan Kettering Cancer Center

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Информация о стероид-индуцированной гипергликемии (повышении уровня сахара в крови)

Этот ресурс поможет вам понять, что такое стероид-индуцированная гипергликемия, какие у нее признаки и симптомы, а также когда следует проверять уровень глюкозы в крови, и приводятся советы, которые помогут контролировать уровень глюкозы (сахара) в крови.

Информация о стероидах и лечении рака

Стероиды — это лекарственные препараты, которые часто применяются в ходе лечения рака, чтобы:

- предупредить тошноту (ощущение приближающейся рвоты) и рвоту;
- уменьшить воспаление или отек;
- улучшить аппетит и повысить активность;

- повысить эффективность некоторых методов лечения рака;
- контролировать боль;
- предупредить аллергические реакции во время инфузий или диагностических исследований с использованием контрастного вещества.

К числу стероидов, широко применяемых в лечении рака, относятся следующие:

- Dexamethasone (Decadron®)
- Prednisone
- Methylprednisolone (Solu-Medrol®)
- Hydrocortisone

Стероиды способствуют большей выработке глюкозы (сахара) организмом. Кроме того, они могут затруднять нормальное использование инсулина организмом, что может привести к повышению уровня глюкозы в крови. Это возможно даже в том случае, если у вас раньше никогда не было проблем с уровнем глюкозы в крови.

Стероиды являются важной частью лечения многих видов рака. **Не прекращайте прием стероидов до получения соответствующих указаний от своей**

лечащей команды.

Что такое стероид-индуцированная гипергликемия?

Гипергликемия — это накопление слишком большого количества глюкозы в крови.

Стероид-индуцированная гипергликемия — это состояние, при котором уровень глюкозы в крови превышает норму во время приема стероидов. Обнаружение стероид-индуцированной гипергликемии не означает, что у вас сахарный диабет.

Стероид-индуцированная гипергликемия во время лечения рака встречается довольно часто. Она может:

- увеличить риск возникновения инфекции;
- замедлить восстановление;
- усилить некоторые побочные эффекты лечения.

Важно контролировать гипергликемию во время лечения рака. Это поможет вам:

- улучшить свое самочувствие;
- снизить риск возникновения других проблем со здоровьем;
- соблюдать график лечения рака, не прерывая и не

приостанавливая его.

Факторы риска возникновения стероид-индуцированной гипергликемии

Вероятность развития стероид-индуцированной гипергликемии у вас может быть выше, если у вас:

- диабет или предрасположенность к диабету;
- диабет в семейном анамнезе;
- избыточная масса тела;
- возраст 65 лет и выше.

Когда возникает стероид-индуцированная гипергликемия?

Стероид-индуцированная гипергликемия часто возникает вскоре после начала приема стероидов и с большей вероятностью развивается при более длительном их применении. Даже если уровень глюкозы в крови был в норме, когда вы начали принимать стероиды, со временем он все равно может повыситься.

После прекращения приема стероидов уровень глюкозы в крови часто возвращается к норме.

Признаки и симптомы гипергликемии
Гипергликемия

- чувство сильной жажды;
- частые позывы к мочеиспусканию;
- нечеткое зрение;
- сухость во рту;
- большая, чем обычно, слабость или усталость;
- головная боль;
- тошнота (ощущение подступающей рвоты).

Гипергликемия тяжелой степени

- рвота;
- Боль в животе.
- проблемы с дыханием;
- фруктовый запах изо рта;
- чувство растерянности;
- сильная сонливость и постоянное желание спать.

Гипергликемия тяжелой степени может привести к диабетическому кетоацидозу (diabetic ketoacidosis, DKA). DKA — это экстренное медицинское состояние, которое может быть опасным для жизни. **Если у вас возникли признаки и симптомы гипергликемии тяжелой степени, позвоните по номеру 911 или немедленно обратитесь в ближайшее отделение неотложной**

помощи.

Что делать, если у вас диабет и вы принимаете стероиды

Если у вас диабет или предрасположенность к диабету, во время приема стероидов вам может быть сложнее контролировать уровень глюкозы в крови. **Сообщите медицинскому сотруднику по лечению диабета о том, что вы принимаете стероиды.** Он может скорректировать дозировку ваших препаратов для лечения диабета, чтобы помочь поддерживать уровень глюкозы в крови в безопасном диапазоне во время приема стероидов.

Чаще всего целевой показатель уровня глюкозы в крови во время лечения не должен превышать 200 миллиграммов на децилитр (мг/дл). Ваш медицинский сотрудник или эндокринолог сообщит вам ваш индивидуальный целевой диапазон. Целевой диапазон — это когда уровень глюкозы не слишком высокий или не слишком низкий. Обязательно сообщайте им, если ваш медицинский сотрудник внес какие-либо изменения в схему вашего лечения.

Проверка уровня глюкозы в крови

Ваша лечащая команда может рекомендовать вам

измерять уровень глюкозы в крови дома. Это связано с тем, что у вас может быть повышенный уровень сахара в крови, даже если у вас нет никаких признаков или симптомов. Контроль уровня глюкозы в крови поможет вам вовремя обнаружить стероид-индуцированную гипергликемию даже без каких-либо симптомов.

В домашних условиях вы можете измерить уровень глюкозы в крови с помощью следующих приборов:

- глюкометр для анализа крови из пальца;
- подключаемый глюкометр непрерывного действия (continuous glucose monitor, CGM).

Поговорите со своим медицинским сотрудником о том, какое устройство вам подходит. Если вам нужно измерять уровень глюкозы в крови дома, вам выпишут рецепт на соответствующий прибор.

На протяжении всего курса лечения стероидами продолжайте следить за своими симптомами и уровнем глюкозы в крови, пока ваш медицинский сотрудник не разрешит прекратить лечение.

Когда следует проверять уровень глюкозы в крови

Стероид-индуцированная гипергликемия часто протекает по определенной схеме.

- **Когда вы просыпаетесь:** уровень глюкозы в крови может быть нормальным или почти нормальным.
- **Через несколько часов после еды или приема стероидов:** уровень глюкозы в крови начинает повышаться.
- **Во второй половине дня или вечером:** уровень глюкозы в крови часто достигает пика (максимального значения).

При проверке на стероид-индуцированную гипергликемию старайтесь проводить измерения каждый день в одно и то же время. Это поможет вам понять динамику изменения уровня глюкозы в крови.

Мы рекомендуем измерять уровень глюкозы в крови либо **через 2 часа после обеда,** либо **непосредственно перед ужином**. Анализ в это время может дать более четкое представление о том, как стероиды и прием пищи влияют на уровень глюкозы в крови.

Стероид-индуцированная гипергликемия часто наблюдается во второй половине дня или вечером. Если вы измеряете уровень глюкозы в крови только один раз в день, не делайте это сразу после пробуждения. Утренние показания могут не отражать в полной мере влияние стероидов на уровень глюкозы в

крови в течение дня. Лучше всего измерять уровень глюкозы в крови немного позже в течение дня.

Полезные советы, связанные с образом жизни

Только диеты и физической активности зачастую недостаточно для полного контроля стероид-индуцированной гипергликемии, но они все же могут помочь. Например, по возможности ведите активный образ жизни. Небольшие прогулки несколько раз в день могут помочь вам контролировать уровень глюкозы в крови.

Ниже приведены несколько советов, которые помогут вам поддерживать уровень глюкозы в крови на здоровом уровне:

- Пейте достаточное количество воды, чтобы избежать обезвоживания.
- Ограничьте употребление сладких напитков, таких как обычные газированные напитки и фруктовые соки.
- Выбирайте сбалансированные блюда, включающие нежирный белок, клетчатку и полезные жиры. Это поможет вам почувствовать сытость и убережет от переедания. Повышенный аппетит (чувство голода, более сильное, чем обычно) является

распространенным побочным эффектом приема стероидов.

- Не пропускайте приемы пищи и не исключайте углеводы полностью. Это небезопасно и зачастую не приводит к снижению уровня глюкозы в крови.

Прежде чем вносить какие-либо существенные изменения в свой рацион, обязательно проконсультируйтесь со своим медицинским сотрудником по лечению диабета. Это очень важно, если вы принимаете лекарства от диабета. Мы часто рекомендуем употреблять от 45 до 60 г углеводов при каждом приеме пищи. Если ваш медицинский сотрудник по лечению диабета рекомендует другое количество, соблюдайте его рекомендации. Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *Как контролировать уровень глюкозы (сахара) в крови с помощью питания* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-to-manage-your-blood-glucose-with-your-diet).

Когда нужно немедленно обращаться за помощью

Звоните по номеру 911 или обратитесь в ближайшее отделение неотложной медицинской помощи, если у вас наблюдается что-то из перечисленного ниже:

- признаки или симптомы гипергликемии тяжелой степени или DKA, указанные в этом материале;
- ваш уровень глюкозы в крови превышает 400 мг/дл.

Когда следует обращаться к своему медицинскому сотруднику

Позвоните своему медицинскому сотруднику, если у вас:

- симптомы гипергликемии;
- уровень глюкозы в крови превышает 200 мг/дл в течение 2 дней и более;
- уровень глюкозы в крови продолжает увеличиваться;
- вы не знаете, как и когда проверять уровень глюкозы в крови.

Если вам назначено PET-CT

Для прохождения обследования методом PET-CT уровень глюкозы в крови должен быть ниже 200 мг/дл. Если вам предстоит пройти обследование методом PET-CT во время приема стероидов, позвоните своему медицинскому сотруднику по лечению диабета или врачу, который назначил это обследование. Они помогут вам контролировать уровень сахара в крови

перед обследованием.

Если у вас есть вопросы или опасения, позвоните своему медицинскому сотруднику. Специалист вашей лечащей команды ответит на звонок с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00 В другое время вы можете оставить сообщение или поговорить с другим врачом центра MSK. Вы всегда можете связаться с дежурным врачом или медсестрой/медбратом. Если вы не знаете, как связаться со своим медицинским сотрудником, позвоните по номеру 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте www.mskcc.org/pe.

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center