

KATALOG dla diabetyka 2025



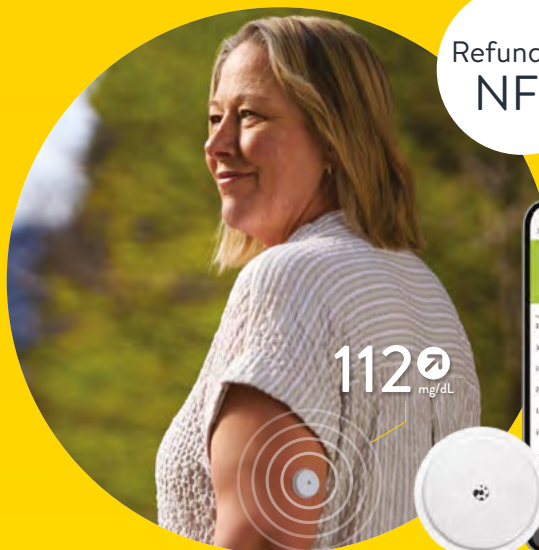
edukacja i zabawa

10 rad dla rodziców dzieci z cukrzycą

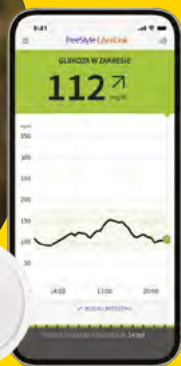
10 mitów o cukrzycy

10 pytań na temat cukrzycy

FreeStyle Libre 2



Refundacja
NFZ¹



Zmień glukometr na FreeStyle Libre 2.

Sprawdzaj poziom cukru bez nakłuwania palców².

Zapytaj swojego lekarza o FreeStyle Libre 2

Dowiedz się więcej na www.Libre.pl lub zadzwoń 800 500 800

To jest postęp.

Sensor FreeStyle Libre 2 umieszczany na tylnej stronie ramienia automatycznie mierzy poziom cukru w czasie rzeczywistym o każdej porze dnia i nocy.³ Wyniki i przejrzyste raporty dotyczące glikemii oglądasz na ekranie smartfona bez konieczności nakłuwania opuszek palców.²



To jest wyrób medyczny.
Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.

Więcej informacji, komfort i lepsza kontrola cukrzycy!



Odczyty stężenia glukozy w czasie rzeczywistym wysyłane – co 1 minutę – bezpośrednio na Twój smartfon.^{4,5}



Poziom cukru sprawdzisz na ekranie smartfona dyskretnie i bez nakłuwania palców.²



Dzięki opcji alarmów natychmiast wiesz, kiedy stężenie glukozy jest za niskie lub za wysokie.⁶



Obniża wartość HbA1c.^{7,8}

Refundacja systemu FreeStyle Libre 2

– sprawdź, komu przysługuje i jaki jest koszt sensora¹



Osoby powyżej 18. roku życia z cukrzycą typu 1 lub 3 (niezależnie od modelu leczenia) oraz dorośli pacjenci z cukrzycą typu 2 wymagający min. 3 wstrzyknięć insuliny w ciągu doby (intensywna insulinoterapia)

Odpłatność

30%

Dopłata pacjenta za sensor

76,5 zł



Kobiety z cukrzycą w okresie ciąży i połogu



Osoby z cukrzycą z orzeczeniem o znacznym stopniu niepełnosprawności ze względu na stan wzroku, leczone insuliną

Odpłatność

20%

Dopłata pacjenta za sensor

51,0 zł



Dzieci od ukończenia 4. do ukończenia 18. roku życia z cukrzycą typu 1 lub 3

Zlecenie na refundowany sensor **FreeStyle Libre 2** zrealizujesz na stronie:  www.Diabetyk24.pl

Pełnopłatny sensor w cenie **280,50 zł** kupisz na stronie:  www.Libre.pl

1. Rozporządzenie Ministra Zdrowia z 13 października 2023 r. zmieniającego rozporządzenie w sprawie wykazu wyrobów medycznych wydawanych na zlecenie oraz rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 4 lipca 2024 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie wykazu wyrobów medycznych wydawanych na zlecenie. 2. Testy z opuszki palca są konieczne w przypadku, gdy odczyty stężenia glukozy i alarmy nie są zgodne z występującymi objawami lub przecuciami dotyczącymi poziomu glikemii. 3. Sensor jest wodoodporny, jednak nie należy go zanurzać na głębokość większą niż 1 metr (3 stopy) lub na dłużej niż 30 minut. Nie używać powyżej 3048 metrów (10 000 stóp). Czas aktywacji sensora wynosi 60 minut. 4. FreeStyle Libre 2 – podręcznik użytkownika systemu. 5. Aplikacja FreeStyle LibreLink jest kompatybilna tylko z niektórymi urządzeniami mobilnymi i systemami operacyjnymi. Przed jej użyciem odwiedź naszą stronę i dowiedz się więcej na temat zgodności aplikacji z poszczególnymi urządzeniami. Korzystanie z FreeStyle LibreLink może wymagać rejestracji w systemie LibreView. Odczyty stężenia glukozy są automatycznie wyświetlane w aplikacji FreeStyle LibreLink tylko wtedy, gdy smartfon i sensor pacjenta są połączone i znajdują się w pobliżu. Automatyczne przysyłanie danych wymaga połączenia z internetem (połączenie sieci komórkowej lub sieci bezprzewodowej). 6. Powiadomienia będą pojawiać się tylko wtedy, gdy alarmy są włączone, a sensor znajduje się w odległości do 6 metrów od telefonu. 7. Stanowisko Polskiego Towarzystwa Diabetologicznego i konsultanta krajowego w dziedzinie diabetologii, Refundacja systemów ciągłego monitorowania glikemii (isCGM/FGM i rtCGM) szansą na poprawę opieki nad chorym na cukrzycę w Polsce. www.ptdiab.pl (03/2023 oraz 05/2023). 8. Leelarantha L et al. N Engl J Med. 2022 20;387(16):1477-1487.

FreeStyle Libre 2 system monitorowania glikemii flash (czujnik), wyrób medyczny używany wraz ze zgodnym czynnikiem lub aplikacją do monitorowania poziomu glukozy w płynie śródtkankowym u osób z cukrzycą i zaprojektowany, aby zastąpić oznaczanie stężenia glukozy we krwi w samodzielnym kontrolowaniu cukrzycy, w tym w dawkowaniu insuliny. Producent: Abbott Diabetes Care Ltd., Upoważniony przedstawiciel: Abbott B.V., Reklamodawca: Abbott Laboratories Poland sp. z o.o. © 2025 Abbott. Obudowa czujnika, FreeStyle, Libre oraz powiązane z nimi znaki są własnością firmy Abbott. ADC-107002 v.1.0



Spis treści

Nasza historia	5
10 rad dla rodziców dzieci z cukrzycą	6
Akcesoria dla dzieci	11
Hipoglikemia	16
Refundacja	20
Plastry ochronne na Twój sensor	22
Naklejki na sensor	24
10 mitów o cukrzycy	26
Co warto dokupić do sensora?	28
Skarpetki dla diabetyków	30
Wywiad z Danielem, podróżnikiem z cukrzycą	31
Podróż z cukrzycą – Jak się przygotować?	35
10 pytań na temat cukrzycy	41
Kosmetyki	44
Higiena jamy ustnej	46
Glukometry i urządzenia dla cukrzyków	48
Przepisy i produkty spożywcze	53
Książki	60
Aktywność fizyczna dla osób starszych	62
 chłonne24	68
 stomia24	74
Sklepy Diabetyk24	76
Wydarzenia & Diabetyk24	78



Jak zaczęła się nasza historia?

Diabetyk24 powstał z potrzeby wspierania osób z cukrzycą i ich bliskich w codziennych wyzwaniach. Od początku nieustannie rozwijamy się, tworząc miejsce, które daje nie tylko dostęp do nowoczesnych rozwiązań, ale przede wszystkim poczucie bezpieczeństwa.

Jesteśmy liderem i największym sklepem internetowym dla diabetyków w Polsce. W naszej ofercie znajdziesz nowoczesne sensory CGM/FGM, glukometry, akcesoria do pomp insulinowych i inne artykuły, które pomagają żyć z cukrzycą na własnych zasadach.

Ale Diabetyk24 to coś więcej niż sklep. Stworzyliśmy sieć punktów stacjonarnych w największych miastach Polski, gdzie każdy może spotkać się z naszymi specjalistami. To miejsca, w których oferujemy profesjonalne doradztwo, pomagamy wybrać odpowiednie produkty i zapewniamy wsparcie dopasowane do indywidualnych potrzeb.

Realizujemy również zlecenia na wyroby medyczne refundowane przez NFZ dla pacjentów. Teraz można wygodnie i bez wychodzenia z domu zrealizować swoje zlecenie na wyroby medyczne online, co pozwala zaoszczędzić czas i ułatwia dostęp do potrzebnych produktów.

Naszą misją jest dawanie poczucia bezpieczeństwa diabetykom i ich bliskim. To odpowiedzialność i misja, które są podstawą wszystkiego, co robimy.

Dziękujemy, że jesteście z nami – razem budujemy społeczność, w której każdy diabetyk znajduje zrozumienie, pomoc i wsparcie.





10 rad dla rodziców dzieci z cukrzycą

1 Nie obwiniaj się

Wielu rodziców po usłyszeniu diagnozy „cukrzyca” u swojego dziecka zastanawia się, co zrobili źle, że ich dziecko zachorowało lub czy mogli w jakiś sposób zapobiec wystąpieniu choroby. Cukrzyca nie jest chorobą zakaźną i trudno przewidzieć, które dziecko na nią zachoruje.

Głównym rodzajem cukrzycy występującym u dzieci jest cukrzyca typu 1, która nie jest związana ze stylem życia. Cukrzyca typu 1 jest nieuleczalną chorobą metaboliczną, w której uszkodzeniu ulegają komórki trzustki produkujące insulinę. Nie są do końca wyjaśnione wszystkie czynniki powodujące cukrzycę typu 1. Głównymi potencjalnymi czynnikami są uwarunkowania genetyczne, czynniki immunologiczne (powstawanie przeciwciał niszczących komórki trzustki) oraz tzw. czynniki środowiskowe (m.in. przebyte infekcje wirusowe).

2 Jakościowy sen to podstawa

W przypadku cukrzycy wszelkie zaburzenia wypracowanej rutyny, w tym nieregularny sen, mogą prowadzić do pogorszenia kontroli choroby. Nieprzerwany sen o odpowiedniej długości jest niezbędny, aby utrzymywać poziom glikemii w optymalnym zakresie. Nieprzespana noc, liczne wybudzenia w ciągu nocy, chodzenie spać o różnych porach mogą wpływać na występowanie nagłych skoków cukru we krwi. Bardzo ważne jest, aby rodzice diabetyków dbali o to, żeby ich dzieci kładły się spać i wstały mniej więcej o stałych porach, zarówno w dni szkolne, jak i podczas weekendów.

3 Edukuj, edukuj i jeszcze raz... edukuj

Efektywna terapia cukrzycy typu 1 wymaga nabycia oraz systematycznego uaktualniania wiedzy pacjenta i jego opiekunów na temat samej choroby, a także nowoczesnych



sposobów jej leczenia. Pierwsze szkolenie w tym zakresie powinno odbyć się na oddziale diabetologicznym tuż po postawieniu diagnozy. Każdy opiekun dziecka, któremu rozpoznano cukrzycę, na początku ma wiele pytań i wątpliwości. Rzetelnych informacji warto szukać głównie u lekarzy diabetologów, pielęgniarek diabetologicznych, w literaturze medycznej oraz w różnego rodzaju fundacjach dedykowanych dzieciom chorującym na cukrzycę. Nie warto opierać się na niesprawdzonych informacjach pochodzących z różnego rodzaju forów internetowych, bo powodują chaos informacyjny i w efekcie mogą powodować powstawanie kolejnych wątpliwości.

Zdobyta wiedza powinna być cały czas aktualizowana, ponieważ wraz z wiekiem pacjenta zmieniają się jego potrzeby (np. samodzielne wyjazdy na kolonie, uprawianie różnego rodzaju sportów), a na rynek wprowadzane są coraz nowsze systemy monitorowania glikemii. Dobrą formą aktualizacji wiedzy, a także wypoczynku, jest uczestnictwo w turnusach rehabilitacyjnych. Turnusy te zwykle mają zarówno formę kolonii, podczas których dziecko pozostaje pod opieką wykwalifikowanej kadry, jak i turnusów rodzinnych, na które dziecko jedzie razem z opiekunem. Obie te formy to doskonała okazja do integracji z innymi diabetykami, pogłębienia wiedzy, wymiany doświadczeń przez rodziców opiekujących się dziećmi z cukrzycą. Tego rodzaju wyjazdy organizowane są głównie przez fundacje świadczące pomoc osobom z cukrzycą.

4 staraj się wprowadzić zmiany żywieniowe dla wszystkich domowników

Rozpoznanie cukrzycy większości osób

kojarzy się z koniecznością drastycznych ograniczeń żywieniowych i całkowitą zmianą dotychczasowej diety. Jest to bardzo trudne, szczególnie dla dzieci, które nie rozumieją, dlaczego są im zabronione produkty, które ich rówieśnicy jedzą w dużych ilościach. Podstawą jest danie młodemu diabetykowi możliwości do zadawania pytań, spokojne wyjaśnianie wątpliwości, pokazanie, że nie jest w tej nowej sytuacji osamotniony. Dziecko poczuje się pewniej i chętniej ograniczy niezdrowe produkty (słodycze, fastfoody), jeśli jego opiekunowie również się na to zdecydują.

Zmiany żywieniowe nie muszą polegać na rygorystycznych zakazach, ale na drobnych modyfikacjach (np. sięganie po owoce zamiast słodyczy, unikanie podjadania między posiłkami, picie wody zamiast słodzonych napojów). Dobrym pomysłem, aby w domu były dostępne "pod ręką" różnego rodzaju zdrowe przekąski np. orzechy, bakalie, owoce i warzywa obrane i pokrojone na kawałki.

5 Nie zapominaj o emocjach towarzyszących chorobie

Rozpoznanie choroby przewlekłej, jaką jest cukrzyca, jest dużym szokiem zarówno dla samego diabetyka, jak i jego rodziców. Wiek-szość dzieci wyobraża sobie, że trzeba będzie drastycznie zmienić codzienne życie, zrezygnować z wielu przyjemności, szczególnie tych związanych z jedzeniem czy różnego rodzaju wyjazdami. Pojawiają się różnego rodzaju emocje – lęk, złość, strach, niedowierzanie. Dziecko nie rozumie, dlaczego akurat ono zachorowało, często porównuje się z rówieśnikami, którzy są zdrowi i nie mają żadnych ograniczeń w zakresie sposobu



odżywiania czy spędzania wolnego czasu.

Należy zrozumieć i zaakceptować fakt, że dzieci mają prawo mieć własne obawy, które często są całkowicie odmienne od wątpliwości ich opiekunów. Żeby się o nich dowiedzieć, należy jak najczęściej rozmawiać z dzieckiem o emocjach. Im bardziej rodzice będą otwarci, tym łatwiej dzieciom będzie zaadaptować się do nowej sytuacji, w jakiej się znalazły.

Jeśli opiekunowie diabetyka będą czuli, że nie radzą sobie z jego emocjami i pomimo wsparcia z ich strony mają wrażenie, że dziecko nie radzi sobie z przystosowaniem się do „nowego życia” po diagnozie, warto skorzystać z pomocy psychologicznej.

Zaopatrzyć dziecko w „niezbędnik diabetyka”

Terapia cukrzycy wymaga ciągłej dostępności różnego rodzaju sprzętu medycznego i leków. Zgromadzenie niezbędnika domowego i regularne uzupełnianie brakujących produktów pozwala zminimalizować ryzyko, że nagle zabraknie któregoś z elementów terapii. W niezbędniku powinien się znaleźć:

- zbiorniki i zestawy infuzyjne (wkłucia) do pompy insulinowej
- serter do zakładania wkłuć (urządzenie, który wprowadza wkłucie pod skórę)
- baterie do pompy (dla osób leczonych przy pomocy pompy insulinowej);
- glukometr + paski do glukometru + nakłuwacz wraz z dodatkowymi igłami (dobrze mieć też glukometr i nakłuwacz zapasowy);
- ładowarkę lub baterie do glukometru;
- sensory, transponder, serter (urządzenie

do umieszczania sensora pod skórą) i plastry lub taśmy do ich mocowania (jeśli korzystasz z systemu ciągłego monitorowania glikemii);

- insulinę krótko – i długodziałającą, peny i pasujące do nich igły;
- płyn do dezynfekcji miejsc iniekcji i sterylne gaziki;
- zapas glukozy;
- paski do mierzenia poziomu ketonów w moczu;
- pen z glukagonem.

Warto z wyprzedzeniem planować terminy wizyt u lekarzy tak, aby nie dopuścić do sytuacji, że leki lub sprzęt diabetologiczny nagle się z kończą. Tego rodzaju sytuacje są źródłem niepotrzebnego stresu i mogą prowadzić do pogorszenia kontroli cukrzycy.

Towarzysz dziecku w aktywności fizycznej

Nieodłącznym elementem leczenia każdego typu cukrzycy, poza dietą i farmakoterapią, jest aktywność fizyczna o umiarkowanej intensywności. Jeśli dziecko dotychczas było aktywne, nie uprawiało żadnego sportu, to nakłonienie go do regularnego wysiłku fizycznego może być trudne. Dziecko może nie rozumieć, dlaczego są mu stawiane takie wymagania, buntować się, porównywać się z rówieśnikami, którzy nie są aktywni fizycznie.

Wysiłek fizyczny podejmowany przez całą rodzinę, jak np. jazda na rowerze, pływanie, gra w piłkę, jazda na rolkach, będzie postrzegana przez dziecko jako atrakcja i wspólne spędzanie czasu, a nie przykry obowiązek.



8 Naucz się szybko rozpoznawać i reagować na hipoglikemię

Większość rodziców diabetyków, u których dopiero postawiono rozpoznanie cukrzycy, najbardziej obawia się nagłych spadków poziomu cukru we krwi. Podstawowym elementem walki z hipoglikemią jest umiejętność rozpoznawania jej symptomów.

Do głównych objawów hipoglikemii zaliczamy:

- pocenie się;
- kołatanie serca;
- błądność powłok skórnych;
- nasilone uczucie głodu;
- nudności;
- ból głowy;
- splątanie, senność, zaburzenia widzenia;
- drgawki, utrata przytomności.



U dzieci objawy hipoglikemii mogą być niespecyficzne, dziecko może nie zgłaszać żadnych skarg, dlatego każda zmiana w zachowaniu dziecka (drażliwość, pobudzenie, nieukojonny płacz, apatia, napady złości), powinna skłaniać rodzica do oznaczenia poziomu cukru we krwi.

W przypadku pojawienia się objawów hipoglikemii należy jak najszybciej podać dziecku doustnie glukozę:

- dzieciom o masie ciała około 30 kg należy podać około 9 g glukozy;
- dzieciom o masie ciała 50 kg lub powyżej – 15 g glukozy (ok. 0,3 g/kg mc.).

Jednym z produktów dedykowanych diabetykom w przypadku wystąpienia hipoglikemii jest glukoza w postaci pastylek lub płynu. Produkt ten jest łatwy w dawkowaniu oraz bardzo szybko przyswajalny przez organizm, a dzięki kieszonkowemu opakowaniu, można mieć go zawsze przy sobie. 1 pastylka zawiera 0,5 g wymiennika węglowodanowego. Zarówno pastylki, jak i płynna glukoza są dostępne w wielu różnych wariantach smakowych (m.in. jabłkowy, wiśniowy, pomarańczowy, czarna porzeczka).

Po podaniu węglowodanów należy odczekać 10–15 minut i ponownie oznaczyć poziom cukru we krwi. W przypadku braku lub niewystarczającej odpowiedzi należy ponownie podać węglowodany. Po kolejnych 10–15 minutach należy ponownie oznaczyć poziom glukozy w celu potwierdzenia osiągnięcia docelowego stężenia glukozy we krwi (100 mg/dl).

Ciężka hipoglikemia (epizod związany z drgawkami lub utratą przytomności) wymaga natychmiastowego leczenia. W warunkach szpitalnych może ono polegać na dożylnym podawaniu glukozy (10% roztwór glukozy, 2–3 ml/kg mc). W domu należy podać domięśniowo lub podskórnie glukagon: u dzieci <12 lat w dawce 0,5 mg, >12 lat: 1,0 mg.

Zaleca się, aby pacjenci chorujący na cukrzycę leczoną przy pomocy insulinoterapii, nosili przy sobie ampułkostrzykawkę z glukagonem na wypadek wystąpienia nagłego niedocukrzenia.



9 Dowiedz się, jak podróżować z cukrzycą

Cukrzyca nie zamyka diabetykom oraz ich opiekunom drogi do podróżowania, jednak każdy wyjazd powinien być odpowiednio zaplanowany. Przed wyjazdem należy zaopatrzyć dziecko w zapas przyjmowanych leków, akcesoriów osprzętu diabetologicznego oraz odbyć konsultację z prowadzącym lekarzem diabetologiem. W zależności od kierunku wyjazdu, może być konieczna modyfikacja dawek insuliny z uwagi na zmiany stref czasowych, różnice klimatu, co powinno zostać omówione z lekarzem. Konsultacja lekarska przed podróżą ma na celu dostosowanie insulinoterapii do charakteru wyjazdu, tak aby był on jak najbardziej bezpieczny dla diabetyka.

Jeśli planowany jest lot samolotem, niezbędne może być posiadanie zaświadczenia lekarskiego sporządzonego w języku angielskim, na którym będzie umieszczona informacja, że dziecko ma cukrzycę i w związku z tym musi mieć stały dostęp do leków, w tym insuliny.

Podczas podróży samolotem osprzęt diabetologiczny oraz zapasy glukozy powinny być w bagażu podręcznym. Pakując się należy pamiętać o zabranii ze sobą dodatkowych igieł, fiolek z insuliną, w razie wystąpienia nieprzewidzianych okoliczności.

Przed wyjazdem warto wyrobić dziecku Europejską Kartę Ubezpieczenia Zdrowotnego (EKUZ) oraz wykupić dodatkowe ubezpieczenie obejmujące chorobę przewlekłą.

10 Pamiętaj o przysługujących diabetykowi prawach

Cukrzyca typu 1 jest podstawą do wydania orzeczenia o niepełnosprawności pacjenta. Orzeczenia wydają Miejskie lub Powiatowe Zespoły ds. Orzekania o Niepełnosprawności.

Orzeczenie jest konieczne, by móc skorzystać z różnego rodzaju dofinansowań, ulg i uprawnień w zakresie:

- zatrudnienia i rehabilitacji zawodowej;
- rehabilitacji społecznej (warsztaty terapii zajęciowej, turnusy rehabilitacyjne);
- zaopatrzenia w przedmioty ortopedyczne, środki pomocnicze oraz pomoce techniczne ułatwiające funkcjonowanie;
- usług socjalnych, opiekuńczych, terapeutycznych i rehabilitacyjnych, świadczonych przez instytucje pomocy społecznej, organizacje pozarządowe oraz inne placówki;
- świadczeń rodzinnych związanych z niepełnosprawnością oraz zasiłków z pomocy społecznej.

Diabetycy mogą skorzystać także z różnego rodzaju dofinansowań z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych (PFRON), które przyznawane są m.in. na uczestnictwo osób niepełnosprawnych wraz z opiekunami w turnusach rehabilitacyjnych, sprzęt rehabilitacyjny, przedmioty ortopedyczne i środki pomocnicze.

Z tytułu cukrzycy typu 1 dziecku przysługują dostosowania egzaminacyjne, które polegają na wydłużeniu czasu pisania egzaminu, na zasadach ustalanych przez Centralną Komisję Egzaminacyjną.



Opaski silikonowe „mam cukrzycę”

Ten niepozorny produkt może uratować komuś życie. Opaska silikonowa „Mam cukrzycę” powinna się znaleźć na nadgarstku każdego diabeetyka. Stanowi sygnał dla najbliższego otoczenia, z jaką chorobą zmagają się osoba potrzebująca pomocy. Produkt posiada widoczne i trwałe napisy w języku polskim oraz angielskim, dzięki czemu przyda się również podczas zagranicznych wyjazdów. Opaski silikonowe „Mam cukrzycę” są wykonane z elastycznego oraz trwałego materiału, który wykazuje odporność na działanie czynników zewnętrznych. Występują w wielu wariantach kolorystycznych i trzech rozmiarach.

Dostępne kolory:



Rozmiar:

mały (obwód: 150 mm);
 średni (obwód: 180 mm);
 duży (obwód: 202 mm)

Opaska fluorescencyjna

Ten praktyczny gadżet jest widoczny po zmroku. Opaska fluorescencyjna świeci w ciemności, co zapewnia większą widoczność podczas poruszania się po nieoświetlonym terenie. Występuje w wersji dwujęzycznej: „Mam cukrzycę, jeśli zemdląłem, wezwij lekarza” oraz „I have diabetes, if I'm unconscious call an ambulance”. Oferowane opaski fluorescencyjne są dostępne w wielu kolorach.

Dostępne kolory:



Rozmiary:

mały (obwód: 150 mm)
 średni (obwód: 180 mm)



material reklamowy

dexcom G7

G7



Stworzony dla prostego i skutecznego zarządzania cukrzycą

Nowy system ciągłego monitorowania glukozy w czasie rzeczywistym Dexcom G7 przesyła dane dotyczące stężenia glukozy do smartfona[†], smartwatcha lub opcjonalnego odbiornika[‡] - bez nakłuwania palca^{*} czy skanowania.



Dowiedz się więcej na www.dexcompolska.pl

To jest wyrób medyczny. Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.

Stworzony dla prostoty

Dexcom G7 automatycznie przesyła dane dotyczące poziomu glukozy do smartfona lub smartwatcha*, dzięki czemu można łatwo sprawdzić, jaki jest i dokąd zmierza – a wszystko to bez nakłuwania palca*, skanowania lub kalibracji*. Dexcom G7 jest przeznaczony dla osób z cukrzycą w wieku powyżej 2 lat, w tym kobiet w ciąży.



- 1 **Żywotność sensora** do **10 dni** z 12-godzinnym okresem karencji.
- 2 **Bezbolesne wprowadzanie sensora** za pomocą prostego aplikatora.
- 3 **Bezproblemowe połączenie** ze smartfonem*, odbiornikiem lub zegarkiem.
- 4 **Udoskonalona aplikacja** z zakładką Clarity, uproszczone dodawanie do konta Ośrodka zdrowia.

ROZMIAR
RZECZYWISTY



30-minutowy rozruch.

2 x szybciej niż systemy poprzedniej generacji

Stworzony by zapobiegać

Dexcom G7 posiada konfigurowalne ostrzeżenia, które mogą pomóc ostrzec użytkownika o wysokim lub niskim stężeniu glukozy, dzięki czemu możesz reagować, gdy jest taka potrzeba.

Smartfon sprzedawany jest oddzielnie.



Wyprzedź niedocukrzenie

Predykcyjne **ostrzeżenie Zbliża się alarmująco niski poziom**, daje czas na podjęcie działań zapobiegawczych na 20 minut przed niskim stężeniem glukozy.

Unikaj zmęczenia alarmami

Odroczenie ostrzeżenia o wysokim poziomie umożliwia ustawienie czasu, przez jaki stężenie glukozy może być wysokie bez powiadamiania.

Więcej dyskrecji dzięki nowym funkcjom

Nowe funkcje – **Wycisz wszystko i Tylko wibracje**, aby dopasować się do Twojego stylu życia.

Pilnuj swoich dawek

Nowe **ostrzeżenia o tempie wzrostu i spadku z ustawieniem progu** mogą ostrzec gdy przeoczysz swoją dawkę lub podasz ją podwójnie.

Stworzony aby Cię wspierać

Mając cukrzycę możesz...

Zrobić Ironmana

Zwiedzać świat

Być prawnikiem i modelką

Mieć wysportowaną sylwetkę

Być aktorką



Maja Makowska
IG: sugarwoman_



Adrianna Maciejczyk
FB: Ja Cukrzyk, IG: idiabetic_cukrzyk



Emilia Zielińska
TT oraz IG: emilyszielinska



Zuzanna Jasek
IG: diabetic_crossfitgirl



Julia Szewczyk
IG: szewczyk__julia

Poznaj historie wspaniałych dziewczyn z CT1

I dowiedz się jak Dexcom wspiera realizowanie marzeń.



¹ Jeśli objawy nie odpowiadają odczytom sensora Dexcom G7, w celu podejmowania decyzji terapeutycznych należy korzystać z glukometru.

² Odbiornik można nabyć jako opcjonalne urządzenie wyświetlające.

³ Jeśli ostrzeżenia i odczyty poziomu glukozy nie są zgodne z objawami lub oczekiwaniami, w celu podjęcia decyzji terapeutycznej należy użyć glukometru.

⁴ Urządzenia wyświetlające sprzedawane są oddzielnie. Listę kompatybilnych urządzeń inteligentnych można znaleźć na stronie www.dexcom.com/compatibility.

⁵ Wymagana osobna aplikacja Follow i połączenie internetowe.

Systemy ciągłego monitorowania poziomu glukozy Dexcom G6, G7 oraz Dexcom ONE[®] są wskazane do stosowania u osób od 2. roku życia, w tym również u ciężarnych kobiet. Systemy Dexcom G6, G7 i Dexcom ONE[®] zaprojektowano, aby zastąpić testy z opuszek palców do oznaczania poziomu glukozy, stosowane do celów podejmowania decyzji dotyczących leczenia; Producent: Dexcom, Inc.; Autoryzowany przedstawiciel: MDSS GmbH; Oficjalny dystrybutor Dexcom w Polsce i podmiot prowadzący reklamę: Proglukemia Sp. z o.o. DXCM0000098PL

Zobacz dexcompolska.pl/zcukrzycamozesz

Czym różnią się systemy Dexcom?

	dexcom one⁺ Dla wszystkich pacjentów, którzy potrzebują CGM	dexcom G7 Dla pacjentów, którzy potrzebują więcej wsparcia
Brak nakłuwania palców ¹ i skanowania	✓	✓
Ostrzeżenia wysokiego i niskiego poziomu	✓	✓
Ostrzeżenie o alarmująco niskim poziomie 55 mg/dL	–	✓
Ostrzeżenie o zbliżającym się alarmująco niskim poziomie 55 mg/dL za 20 min.	–	✓
Szybki wzrost i szybki spadek ze zdefiniowanym progiem alarmu	–	✓
Odroczenie ostrzeżenia o wysokim poziomie	✓	✓
Ostrzeżenia o tempie wzrostu i spadku z progiem	–	✓
Drugi harmonogram ostrzeżeń	–	✓
Tryby ciche (wibracja, wycisz wszystko)	–	✓
Połączenie bezpośrednio z zegarkiem iWatch (Direct to watch)	–	✓
Opcjonalny odbiornik	✓	✓
Share i aplikacja Follow ²	✓	✓
Czas rozruchu sensora	30 minut	30 minut
12-godzinny okres karencji	✓	✓
Możliwość integracji z systemem AID	–	CamAPS 2025 r.
Wiek 2+ i wskazania dotyczące ciąży	✓	✓

Cennik

Nazwa	Czas działania	Cena pełnopłatnie	Dopłata pacjenta*	Dopłata do sztuki z NFZ dla os. < 26 r.ż.	Dopłata do sztuki z NFZ dla os. > 26 r.ż.
G7 Sensor	10 dni	250 zł	30%	75 zł (Kod: R.03.01)	131 zł (Kod: R.03.02)
G7 Odbiornik	do 3 lat	899 zł	–	–	–
One+ Sensor	10 dni	184 zł	30%	55,2 zł (Kod: R.03.01)	65 zł (Kod: R.03.02)
One+ Odbiornik	do 3 lat	299 zł	–	–	–

Objawy hipoglikemii

bóle i zawroty głowy

problemy z koncentracją

zaburzenia widzenia

senność

„wilczy głód”

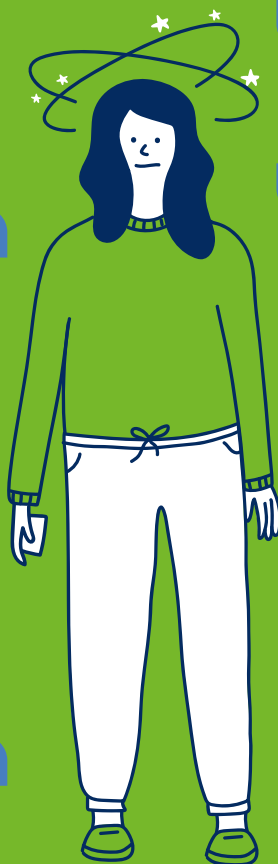
szybkie bicie serca

bladość skóry

zmiana zachowania

drgawki

drżenie mięśni



Zapraszamy na
Tydzień Świadomości Hipoglikemii
14–18 kwietnia 2025

Dołącz do nas i dowiedz się więcej o tym, jak rozpoznać, zapobiegać i radzić sobie z hipoglikemią. Czekają na Ciebie ciekawe informacje, porady i aktywności. Śledź nasze social media, aby być na bieżąco.

f @diabetyk24.pl



DEXTRO ENERGY*

Glukoza w tabletkach i płynna – szybkie wsparcie w nagłych spadkach cukru

Dextro Energy to sprawdzone rozwiązanie dla osób zmagających się z nagłym spadkiem poziomu cukru we krwi. Zawiera dekstrozę – cukier prosty, który jest natychmiast wchłaniany przez organizm, skutecznie podnosząc poziom glukozy i przywracając równowagę energetyczną.

Dzięki szybkiemu działaniu Dextro Energy jest szczególnie polecane osobom z cukrzycą, które narażone są na epizody hipoglikemii. Wystarczy sięgnąć po tabletki lub płynną formę produktu, aby w krótkim czasie złagodzić objawy takie jak drżenie rąk, osłabienie, dezorientacja czy uczucie głodu.

Dostępne smaki

Minis: brzoskwinia, wiśnia, malina, porzeczką, limonka, owoce leśne, pomarańcza

Pastyłki: cytryna, multiwitamina, żurawina, classic, magnez, kakao, cola, borówka

Płynne: jabłko, pomarańcza, czarna porzeczką



ekspresowe działanie

różne formy

poręczne opakowania

wiele smaków

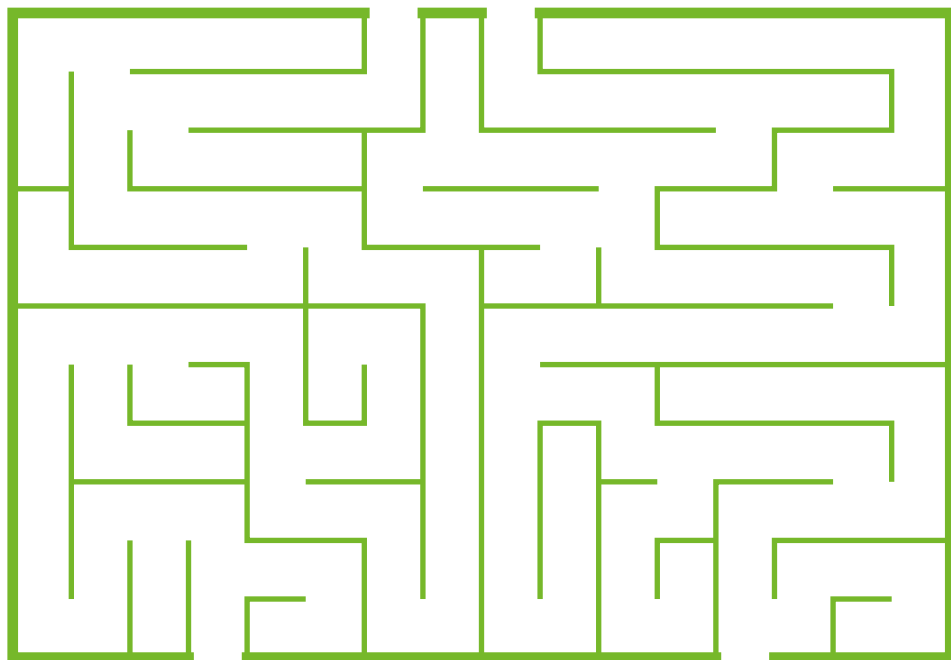
łatwość dawkowania



Labirynt ucieczka przed Hipo



65 mg/dL ↓



**DEXTRO
ENERGY** 

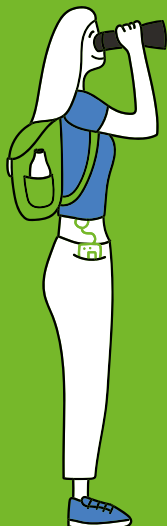
Szybka pomoc w hipoglikemii



Refundacja, z czym to się je?

Rozwiewamy wątpliwości

**Zebrailiśmy wszystkie najważniejsze informacje
dotyczące refundacji w jednym miejscu, aby ułatwić Ci
dostęp do aktualnych zasad i uregulowań.**



podstawy refundacji

pompy insulinowe

refundacja dla dzieci

zmiany w refundacji

**sprawdź
szczegóły**





Produkty refundowane

dla osób z cukrzycą



Pompy insulinowe

dostępne dla pacjentów poniżej 26 r.ż.,
refundacja 100% (raz na 4 lata)

100%



Osprzęt do pomp insulinowych

zestawy infuzyjne / zbiorniki na insulinę
refundacja od 70% do 100% (obowiązują limity)
kod R.01.01 / R.02.01

70%–
100%



Systemy monitoringu glikemii

sensory CGM, transmiery CGM, sensory FGM
(R.03.01 – R.05.02), refundacja od 70%

70%

Plastry ochronne na Twój sensor

Dlaczego warto?

Dostępne
w wielu
kolorach
i wzorach!

Plastry zapewniają pewne mocowanie sensora, jednocześnie dbając o komfort i bezpieczeństwo skóry. Są idealne dla osób aktywnych, sportowców oraz takich, które chcą utrzymać pełną funkcjonalność swojego sensora nawet w trudnych warunkach.

Dzięki innowacyjnym technologiom są lekkie, oddychające i hipoalergiczne, a ich wytrzymałość sprawia, że pozostają na miejscu **nawet do 14 dni**.



Są odpowiednie dla sensorów:

Freestyle Libre 2, Dexcom oraz **Medtronic**.



Plastry dla dzieci

Duży wybór kolorowych plastrów dla dzieci. Kolorowe, wzorzyste i pełne radości! Plastry stworzone z myślą o najmłodszych użytkownikach, aby zamienić codzienną ochronę w zabawę. Wesołe motywy sprawiają, że noszenie sensora staje się przyjemniejsze.

Różne kolory i wzory

Bajkowe i tematyczne grafiki

Delikatne dla wrażliwej skóry

Dostępne różne pakiety





Dla dorosłych i aktywnych zawodowo

Stonowane wersje

Dyskretne i eleganckie plastry dla osób, które cenią sobie minimalistyczny wygląd i subtelne rozwiązania. Doskonale dla osób pracujących w wymagających warunkach i tych, którzy szukają klasycznej estetyki.



Przezroczyste plastry



nowość



kolory: biały, błękit, mix pastelowy,
lżejsze i cieńsze niż kiedykolwiek

Naklejki i opaski do sensorów

Naklejki na sensory

Wydaje Ci się, że to zbędny gadżet? Nic bardziej mylnego, ponieważ dzięki naklejkom spersonalizujesz wygląd swojego urządzenia, a także je ochronisz. Wysokiej jakości naklejki na sensory są odporne na zniszczenia oraz utratę koloru. Stanowią nie tylko efektowną ozdobę urządzenia, ale też pomagają dodatkowo je zabezpieczyć. Z pewnością zachwycą zarówno najmłodszych, jak i dorosłych diabetyków. Są wodoodporne, a przy tym nie pozostawiają nieestetycznych śladów. Oferowane naklejki charakteryzują się zróżnicowanymi kolorami oraz wzorami.

Opaski podtrzymujące sensory

Poszukujesz sprawdzonego produktu do mocowania urządzenia służącego do pomiaru poziomu glikemii? Zainwestuj w elastyczną opaskę, która została wyposażona w uchwyt podtrzymujący sensor! Praktyczny gadżet stabilizuje urządzenie i zabezpiecza je przed uszkodzeniem. Wyprodukowany został z materiałów przyjaznych dla skóry. Można go regulować do pożądanej długości. Opaski podtrzymujące sensory zapewniają komfort noszenia, a jednocześnie sprawdzają się podczas aktywności fizycznych.

Występują w wielu wzorach i pasują do urządzeń:

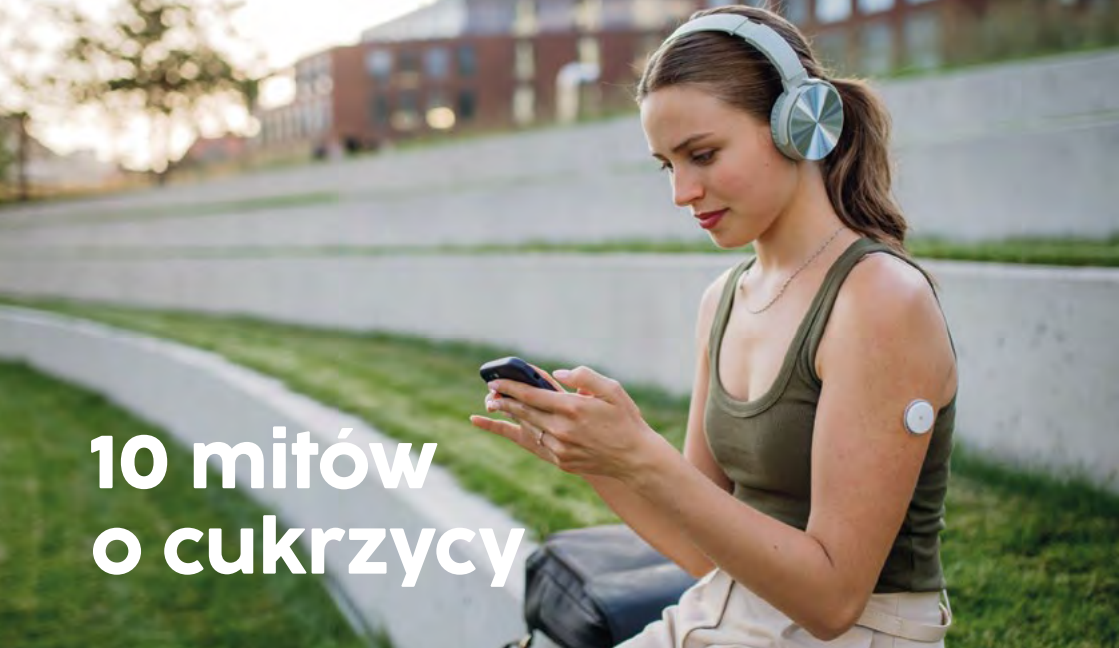
Freestyle Libre 2, Dexcom G6 i G7, Dexcom ONE+, Eversense, Medtronic.



pasuje do Dexcom G7



pasuje do Freestyle Libre 2



10 mitów o cukrzycy

Rozprawiamy się z mitami o cukrzycy

1 Cukrzyca jest chorobą dziedziczną

Cukrzyca typu 2 jest schorzeniem o podłożu wieloczynnikowym. W jej powstawaniu biorą udział czynniki genetyczne (dziedziczenie wielogenowe), ale decydującą rolę odgrywają czynniki środowiskowe (niewłaściwa dieta, otyłość, niska aktywność fizyczna). Występowanie cukrzycy typu 2 u członków rodziny zwiększa ryzyko zachorowania, ale nie jest to zależność zero-jedynkowa. Zachorowaniu na cukrzycę typu 2 można skutecznie zapobiegać poprzez odpowiednio zbilansowaną dietę oraz regularną aktywność fizyczną.

2 Każdy diabelek z cukrzycą typu 2 musi brać insulinę

Leczeniem pierwszego rzutu w cukrzycy typu 2, poza modyfikacją stylu życia, jest stosowanie doustnych leków przeciwcukrzycowych. Dopiero, gdy pomimo optymalnego leczenia przy pomocy leków doustnych

nie udaje się wyrównać cukrzycy, wówczas rozważa się dołączenie do leczenia insuliny.

3 Osoby z cukrzycą nie mogą jeść owoców

Diabelek nie musi całkowicie eliminować owoców ze swojego jadłospisu, lecz powinien wybierać te o niskim indeksie glikemicznym, takie jak maliny, truskawki, wiśnie, jagody, porzeczki, agrest, jabłka, grejpfruty, granaty, śliwki.

4 Woda z cytryną obniża poziom cukru

Dodatek soku z cytryny do wody poprawia jej walory smakowe, przez co w gorące dni łatwiej jest nam wypić większe ilości wody. Cytryna nie ma właściwości obniżających poziom cukru we krwi, ale warto ją regularnie spożywać, gdyż jest źródłem witamin C, E, potasu, magnezu oraz żelaza.



5 Brak bólu oznacza brak cukrzycy

W bardzo wielu przypadkach cukrzyca może początkowo przebiegać całkowicie bezobjawowo, dlatego u osób z grup ryzyka niezwykle ważne jest przesiewowe oznaczanie poziomu glukozy we krwi na czczo. Nieleczona cukrzyca prowadzi do rozwoju groźnych dla życia powikłań, które mogą powodować dolegliwości bólowe (neuropatia, stopa cukrzycowa).

6 Dzieci nie chorują na cukrzycę typu 2

Prawdą jest, że u dzieci i młodzieży znacznie częściej rozpoznawanym rodzajem cukrzycy jest cukrzyca typu 1. Od kilkunastu lat obserwuje się jednak wzrost częstości występowania w tej grupie przypadków cukrzycy typu 2, co związane jest z rosnącym problemem nadwagi i otyłości u coraz młodszych osób. Każdy przypadek nowo wykrytej cukrzycy u dzieci i młodzieży wymaga przeprowadzenia dokładnej diagnostyki.

7 Cukrzyca dotyczy tylko osób otyłych

W przypadku cukrzycy typu 2 czynnikiem ryzyka jej rozwoju jest otyłość, jednak w cukrzycy typu 1 nie ma takiej zależności. Pacjenci z cukrzycą typu 1 zwykle są szczupli, a w przypadku, gdy cukrzyca była długo nierozpoznana, mogą mieć wręcz niedowagę.

8 Dobre wyniki domowe oznaczają brak potrzeby wizyt u lekarza

Prawidłowe wyniki glikemii oznaczanej przez pacjenta w domu nie zwalniają go z odbywania regularnych kontroli u lekarza

prowadzącego. Lekarz poza sprawdzeniem wyrównania glikemii ocenia całłościowy stan pacjenta: wyklucza obecność powikłań, nadzoruje leczenie schorzeń towarzyszących oraz w razie potrzeby decyduje o modyfikacji farmakoterapii.

9 Cukrzyca typu 2 jest mniej groźna niż cukrzyca typu 1

Oba typu cukrzycy, jeżeli nie są odpowiednio leczone, mogą prowadzić do rozwoju groźnych powikłań, takich jak uszkodzenie narządu wzroku, nerwów obwodowych, zawał czy udar niedokrwieny mózgu;

10 Poprawa wyników pozwala odstawić leki

Wielu pacjentów nie zdaje sobie sprawy, że cukrzyca jest chorobą przewlekłą i gdy tylko poprawią się ich parametry laboratoryjne, myślą o przerwaniu leczenia. Cukrzyca typu 1 jest chorobą nieuleczalną, która wymaga stosowania insulinoterapii przez całe życie. Jej nagłe przerwanie może prowadzić do zgonu pacjenta. U części pacjentów z cukrzycą typu 2, u których przy pomocy modyfikacji stylu życia (zwiększenia aktywności fizycznej, zmiany diety) doszło do wyrównania parametrów gospodarki węglowodanowej, możliwe jest zmniejszenie dawkowania leków przeciwcukrzycowych lub nawet całkowite ich odstawienie, jednak zawsze musi odbywać się to w porozumieniu z lekarzem.

Bibliografia

[1] www.mp.pl/interna/chapter/B16.II.131.

[2] diabetyk24.pl/blog-section/leczenie-badania/wyleczenie-cukrzycy-dementujemy-mity

iCan i3TM

CGM

Pierwszy w Polsce
15-dniowy
system do ciągłego
monitorowania
glikemii



104 →
±0 mg/dL



- 15-dniowy czujnik
- Bez skanowania
- Brak kalibracji
- Dokładność - MARD 8,71%
- Wodoodporność IP28 - 2,5m/2h

**PRODUKT DOSTĘPNY
W SKLEPIE INTERNETOWYM [DIABETYK24.PL](https://diabetyk24.pl)
ORAZ W NASZYCH SKLEPACH STACJONARNYCH**

**To jest wyrób medyczny. Używaj go zgodnie
z instrukcją użytkowania lub etykietą.**

Co warto dokupić do sensora?



1. Przed założeniem sensora



Należy dokładnie oczyścić i osuszyć skórę oraz powierzchnię urządzenia. Do dezynfekcji warto wykorzystać sterylne gaziki nasączone 70-proc. alkoholem izopropylowym, które zostały zapakowane w pojedyncze saszetki. Są to produkty jednorazowego użytku wykazujące działanie antyseptyczne. Wysokiej jakości gaziki gwarantują higienę oraz bezpieczeństwo stosowania.



2a. Zabezpieczenie sensora



Urządzenie należy odpowiednio zamocować. W optymalnym zabezpieczeniu sensora pomagają specjalne plastry ochronne, które są dobrze tolerowane przez skórę. Można je precyzyjnie dopasować do różnych urządzeń. Są wyjątkowo trwałe i odporne na działanie wilgoci.





2b. Zabezpieczenie sensora taśmą kinezylogiczną



Co może posłużyć do mocowania urządzenia? Alternatywnym wyborem są taśmy kinezylogiczne docenianych na rynku światowym producentów. Oferowane produkty stanowią dodatkowe zabezpieczenie dla wkłuć oraz sensorów. Są przyjazne dla skóry, oddychające i ograniczają ryzyko alergii.



3. Naklejki



Zrób z sensora swoją ozdobę! Dekoracyjne naklejki powstały z myślą o uprzyjemnieniu korzystania z sensora. Wyposażone zostały w nieścieralny druk, co wpływa na ich trwałość oraz wodoodporność. Szukasz niedrogiej i efektownej ozdoby sensora? Taka naklejka będzie świetnym pomysłem!



4. Odklejanie sensora



Jak bezboleśnie i szybko usunąć plaster ze skóry? Do łatwiejszego odklejania przyklepca mogą posłużyć specjalne preparaty, które dostępne są w formie sprayu lub chusteczek. Zawarte w nich składniki skutecznie rozpuszczają resztki kleju. Doskonale sprawdzają się przy odklejaniu sprzętu diabetologicznego.



5. Usuwanie resztek kleju



Po plastrach ochronnych często pozostaje widoczna otoczka, która po pewnym czasie ciemnieje i wygląda nieestetycznie. Dlatego warto zaopatrzyć się w specjalistyczne preparaty, np. gaziki z płynem ochroniającym lub uniwersalne chusteczki przeznaczone do usuwania resztek kleju.



CGM for REAL LIFE

Eversense E3 to jedyny długoterminowy system ciągłego monitorowania stężenia glukozy, który daje Ci swobodę, jakiej potrzebujesz, i niezawodność, na jaką zasługujesz.

- 6 miesięcy pomiarów stężenia glukozy w czasie rzeczywistym — z 1 implantowanego sensora
- Zdejmowany* transmiter z delikatnymi plastrami, wymienianymi codziennie
- Alarmy wibracyjne transmittera, odczuwane na skórze sygnalizują wysokie i niskie stężenie glukozy



Zeskanuj kod,
aby dowiedzieć
się więcej



<https://www.diabetes.ascensia.pl/eversense-e3/>

System ciągłego monitorowania glukozy (CGM) Eversense[®] E3 jest przeznaczony do ciągłego pomiaru stężenia glukozy przez okres do 180 dni u osób chorych na cukrzycę. Kłode ułożono w 18 lat. System jest zarejestrowany do podęgowania diety terapeutycznej. Pomiar glikemii za pomocą glukometru we krwi i laboratoryjnej próbie krwi z doświadczenia pacjenta jest wymagany tylko w celu kalibracji, od 21 dnia stosowania systemu zwiększając dni. Pomiar z użyciem glukometru powinny być wykonane w sytuacji kiedy objawy nie odpowiadają wskazaniami sensora lub w przypadku przyjmowania leków z grupy tetracyklin. Procedura implantacji i ułożenia sensora wykonywana jest przez lekarza posiadającego w tym zakresie uprawnienia. System CGM Eversense E3 można zakupić na stronie: [diabetes.pl](https://www.diabetes.pl). Po zdjęciu transmittera dane o stężeniu glukozy nie są generowane.*

Informacje dotyczące bezpieczeństwa są dostępne na stronie <https://global.eversensedirect.com/compatibility/>

Eversense, Eversense E3 Continuous Glucose Monitoring i logo Eversense są znakami towarowymi firmy Senseonics, Incorporated. Ascensia i logo Ascensia Diabetes Care są znakami towarowymi i/lub zarejestrowanymi znakami towarowymi firmy Ascensia Diabetes Care Holdings AG. Wszystkie pozostałe znaki towarowe stanowią własność ich prawnych właścicieli i są używane wyłącznie w celach informacyjnych. Nie należy wnosić ani dorozumiewać żadnych zwązków ani popiecia. PP-SNS-E3-PL-026

Eversense E3 system ciągłego monitorowania glukozy. Producent: **SENSEONICS, INC.** Upoważniony przedstawiciel: **Emergo Europe**, Reklamodawca: **Ascensia Diabetes Care Poland Sp. z o.o.**

To jest wyrób medyczny.
Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.

Miałem żyć ostrożnie i z ograniczeniami – żyję jeszcze mocniej!

wywiad

Daniel to zapalony podróżnik lubiący wyzwania, na co dzień pasjonat biegania. Określający siebie jako „półnomad”.

 @znak_czasu

Diabetyk24: Dla wielu młodych ludzi cukrzyca to wyrok, który wiąże się z dużą odpowiedzialnością za siebie, często już od najmłodszych lat. To także wiele ograniczeń i strachu. Czy dla Ciebie cukrzyca to był wyrok?

Daniel: Gdy usłyszałem o diagnozie w wieku 13 lat, to był czas, w którym pomyślałem „No to sobie poszalałem”. Oczywiście strach to pierwsza emocja, którą pamiętam; na początku myślałem, że wyjdę ze szpitala wyleczony, im więcej lekarz mi mówił o mojej chorobie, tym żołądek ścisnął mi się bardziej – tak, wtedy to był wyrok. Z perspektywy czasu patrzę na to zupełnie inaczej – 11 lat z cukrzycą dało mi dużo siły, wykształciło we mnie cechy, które przydają mi się nie tylko w cukrzycy, ale w każdym etapie w moim życiu. Cukrzyca dała mi siłę do spełniania marzeń, i choć brzmi to górnolotnie, to, jak dodatkowa moc. Wielozadaniowość to coś, czego musiałem nauczyć się bardzo szybko. Kiedy życie innych dzieci dzieliło się na czas wolny i szkołę, do mojego dodatkowo dochodziło



wyliczanie dawek insuliny, ważenie posiłków, podawanie insuliny, korekty, gdy cukier był za duży, dojadanie, gdy spadał.

Czy to coś, co teraz przydaje się w Twoich podróżach?

Absolutnie tak! Mimo iż moje podróże bywają często szalone i spontaniczne, to nauczyłem się to wszystko robić tak, by łączyć to z cukrzycą (trochę też nie było wyjścia) – wiem, co zrobić, gdy robię 50 km trekkingu po górach, wiem, jak się zachować, gdy prowadzę motocykl w Wietnamie albo łapię autostop na granicy z Kambodżą – nie muszę oddzielać cukrzycy od siebie, raczej traktuję ją jak swoją cechę, coś integralnego ze mną. Ten „multitasking cukrzycowy”



to idealna cecha podróżnika, a ja zdobywa-
łem to doświadczenie już od 13 roku życia,
ucząc się swojego organizmu. Ważne też,
by w podróży umieć o tym mówić głośno,
nie bać się powiedzieć o swojej chorobie,
szukać pomocy, gdy dopadnie nas hipogli-
kemia. Kiedyś podawanie insuliny publicz-
nie było dla mnie wstydem – dziś robie to
bez krepacji w każdym miejscu. Myślę, że
powinniśmy zwiększać świadomość ludzi
na temat cukrzycy.

Co było największym wyzwaniem po- dróżniczym i czy miałeś przy tym jakieś niemile sytuacje związane z cukrzycą?

3 miesiące w południowo-wschodniej Azji –
to był bardzo spontaniczny wyjazd, za-
planowany w jeden miesiąc. Przejechałem
wzdłuż Tajlandie, Kambodżę i Wietnam –
często jadąc autostopem albo pociągami
najniższej klasy (tam nie ma rezerwacji
miejsc, jeśli nie ma miejsca, to siedzisz
na podłodze), autobusami sypialnianymi.
Chodziłem po górach, pływałem w morzu –
zawsze marzyło mi się podróżowanie, dzięki
któremu zgłębię kulturę ludzi danego kraju,
a nie tylko odwiedzę turystyczne miejsca.
Dlatego byłem otwarty na nieoczywiste lo-
kalizacje knajpy dla lokalsów; chętnie ko-
rzystałem z zaproszeń do wspólnej zabawy,
jedzenia, często ktoś oferował mi wspólną
jazdę skutermem czy byciem przewodnikiem.
Największym zagrożeniem w związku z cu-
krycą była hipoglikemia – taka podróż to
była dla mnie nowa sytuacja, a nowe sy-
tuacje sportowo-kulinarne są problema-
tyczne, bo jeszcze nie wiemy, jak to wpłynie
na nasze cukry, zwłaszcza kiedy czasami
chodzi się kilkanaście kilometrów z dwoma
wielkimi plecakami. Ale znów – doświadcze-
nie sprawiło, że łatwo było mi to okiełznać;

myślę, że po paru latach z cukrycą pewne
rzeczy robi się odruchowo. Przed większą
wyprawą, poza samym planem podróży,
miałem wykonać też kilka dodatkowych
działań: zadzwonić do firmy produkującej
insulinę i zapytać, czy w razie zniszczenia
albo zagubienia będę mógł ją jakoś kupić
w Wietnamie, czy w Kambodży są paski
do mojego glukometru, jak zdobyć gluka-
gon i wiele innych – to kraje zupełnie inne
kulturowo, więc niektóre rzeczy oczywiste
w Polsce nie są oczywiste tam. Mam za sobą
dziesiątki podróży i wiem, że cukrzyca ich
w żadnym stopniu nie ogranicza, czasami
potrafię zapomnieć, że mam ten wyróżnik.

Co pakuje osoba z cukrycą do plecaka czy walizki podróżnej?

Jeśli chodzi o krótsze podróże w Europie, to
przede wszystkim zapas insuliny – mam ze
sobą 3 peny załadowane insuliną. Dextro
Energy przydaje mi się, kiedy wysiłek fi-
zyczny sprawia, że cukier spada – a pod-
czas moich podróży ryzyko jest duże, cza-
sami biorę je, kiedy wiem, że za chwilę będę
wchodził na górę lub biegł. Używam rów-
nież sensora CGM – jedno opakowanie za-
wsze mam przy sobie, ale zabieram rów-
nież glukometr, bo to najbezpieczniejsza
opcja, gdy wszystko inne zawodzi. Zawsze
mam przy sobie też coś do odkażania, igły
do nakłuwacza, waciki nasączone alko-
holem. W bardziej egzotycznych, ciepłych
krajach obowiązkowo mam przy sobie Frio,
czyli opakowanie chłodzące na insulinę, by
uchronić ją przed przegrzaniem.

Czy góry to sport dla osoby z cukrycą?

Każdy sport jest dla cukrzyka. Są oczywiście
te bardziej i mniej zalecane, ale prawda jest

taka, że kiedy nauczymy się władać swoją cukrzycą i znamy swój organizm, to możemy uprawiać każdy sport, zarówno ten wydolnościowy, jak i siłowy. Dla mnie górski trekking to coś, co muszę zaliczyć chociaż 2 razy w roku, i choć też czasem doświadczam hipoglikemii podczas wchodzenia, to jest to już rzadkość – wystarczy, że zjem coś pełnoziarnistego przed wejściem, a gdy widzę, że cukier spada nieoczekiwanie szybko, mam przy sobie glukozę i działam bardzo sprawnie. Czasami ta hipoglikemia jest frustrująca, bo wymusza przerwę i trzeba ją też brać pod uwagę podczas planowania.

Co chciałbyś powiedzieć osobom z cukrzycą, które dopiero zostały zdiagnozowane i obawiają się, że cukrzyca ograniczy ich pasję?

Sam byłem w tym miejscu, dlatego z pewnością wiem, że za jakiś czas odkryją, że cukrzyca nie tyle ich nie ograniczy, ale wręcz im pomoże. Pierwsze dni czy miesiące oczywiście mogą być ciężkie – musimy wiele się nauczyć, poznać nasz organizm, wiedzieć, jak reagować w różnych sytuacjach, co jeść i jak wyliczać dawki insuliny, ale kiedy już to przejdziemy, nagle zauważymy, że w zasadzie możemy wszystko. Moja pierwsza podróż też była pełna strachu, ale doświadczanie nowych rzeczy sprawia, że więcej się uczymy, a kolejne razy są dużo łatwiejsze. Dlatego nigdy, przenigdy nie rezygnujcie ze swoich marzeń, nie ma rzeczy, których nie możecie, a przykładów ekstremalnych wyzwań podejmowanych przez osoby z cukrzycą jest dużo, np. jak Geri Winkler – który zdobył Mont Everest – jeśli on to zrobił, to mam pewność, że nie ma rzeczy niemożliwych.



Przygotuj się do podróży

Etui na glukometr

Jak bezpiecznie przechowywać sprzęt dla diabetyka? Z pewnością przyda się funkcjonalne etui na glukometr i akcesoria. Produkt został zaprojektowany w taki sposób, by doskonale sprawdzał się podczas codziennego użytku. Etui można przyczepić do paska spodni i nosić na biodrze. Wyprodukowane zostało z miękkiego oraz wytrzymałego materiału, dzięki czemu posłuży przez naprawdę długi czas. Posiada różnego rodzaju szlufki i zapinaną kieszonkę na mniejsze przedmioty. Bez trudu zmieści się w torebce lub plecaku. Etui występuje w trzech wariantach kolorystycznych.





Etui FRIO®

Aktywuj zimną wodą, to proste!

Poszukujesz sprawdzonego akcesorium do przewożenia insuliny? Poznaj FRIO – opatentowane etui chłodzące! Produkt jest lekki, kompaktowy oraz łatwy w użyciu. Doskonale sprawdzi się zarówno na co dzień, jak i w podróży. FRIO zapewnia odpowiednie warunki do przechowywania ampułek z insuliną, penów lub pomp insulinowych do 45 godzin od momentu aktywacji. Aby aktywować etui, wystarczy je zanurzyć na kilka minut w czystej, chłodnej wodzie.



Minilodówki Keedbing

Termoelektryczne urządzenia, które są niezawodne w przewożeniu leków w kontrolowanej temperaturze 2–8 °C. Oferowane minilodówki zostały wyposażone w akumulator zapewniający min. 7 godzin pracy, wentylator chłodzący, automatyczny system regulacji temperatur, duży wyświetlacz LCD oraz prosty w obsłudze system sterowania. W zestawie znajduje się instrukcja obsługi, zasilacz sieciowy i samochodowy oraz torba do przenoszenia.

Do wyboru są 2 pojemności minilodówek: **0,39l** i **0,6l**.



Anytime CT3

Real-time CGM System

Umożliwia dawkowanie insuliny
na podstawie odczytów z CGM*

materioli reklamowy



Dowiedz się więcej
www.cgmgensexo.pl

Monitoruj poziom glikemii w dowolnym czasie i miejscu!

System Ciągłego Monitorowania Glikemii w czasie rzeczywistym



Dla Pacjentów z cukrzycą **w wieku 18 lat i starszych**



Nie wymaga kalibracji



Wygodny: **14-dniowy** sensor i aż **2-letni** transmitter!



Produkt refundowany**



Wybór miejsca aplikacji: **tylna część ramienia, brzuch**



Alerty i **Alarmy predykcyjne**



Pyłoszczelny i wodoodporny do 2,5m przez 1h



**Brak interferencji z paracetamolem
i kwasem askorbinowym**

*System CGM Anytime CT3 jest przeznaczony do zastąpienia badań poziomu glukozy wykonywanych za pomocą glukometru. Należy pamiętać, że dawkowanie insuliny, w przypadku każdego systemu CGM, powinno być oparte o wytyczne dot. leczenia od lekarza prowadzącego.

**O warunki refundacji zapytaj lekarza prowadzącego, informacja również na www.cgmgensexo.pl.

Importer i podmiot prowadzący reklamę: Genexo Sp. z o.o., Producent: Zhejiang POCTech Co., Ltd., Autoryzowany Przedstawiciel w UE: Prolinx GmbH.

Nowości 2025

VIVI Cap

Etui termoizolacyjne na PENy insulinowe oraz GLP-1



Chroni przed zimnem¹

Utrzymuje temperaturę insuliny powyżej 2°C:
• przez **2,5 h**, mimo ekspozycji na temp. **-20°C**



Chroni przed ciepłem²

Utrzymuje temperaturę insuliny poniżej 30°C:
• przez **ponad 12,5h**, mimo ekspozycji na temp. **37,8°C**
• przez **ponad 4h**, mimo ekspozycji na temp. **58°C**



Bezpieczne

Wyposzone w system monitorujący - czujnik temperatury połączony z intuicyjnym wskaźnikiem



Komfortowe

Nie wymaga do aktywacji wody, lodu ani chłodzenia w lodówce



TSA

Dozwolone na pokładzie samolotu



Skuteczne

Działanie potwierdzone naukowo^{1,2}

VIVI Cap – Przeznaczone do termizacji insuliny w PENie insulinowym; Importer oraz podmiot prowadzący reklamę: Genexo Sp. z o.o.
Producent: TemptraMed Inc.; Autoryzowany przedstawiciel w UE: TemptraMed Europe GmbH

1. VIVI Cap Protects Insulin in Disposable and Reusable Pen Devices from Degradation During Exposure to Extreme Temperature Conditions. A. Pflutzner, R. Nagar, J. Spatz, D. Rose, Pflutzner Science & Health Institute, Mainz, Diabetes Center, Oppenheim, TemptraMed Inc, Tel Aviv, FlyMed Medical C Frankfurt, Germany; 2. Technology-derived storage solutions for stabilizing insulin in extreme weather conditions I: the VIVICap-1 device. Andreas Pflutzner 1, Gidi Pesach 2, Ron Nagar 2.



Dowiedz się więcej
www.genexodladiabetyka.pl

To jest wyrób medyczny. Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.

CGM01_2025/02

Aquapac AQ 158, wodoodporne etui na pompę insulinową

Wodoodporne etui Aquapac AQ 158 – doskonałe rozwiązanie dla osób aktywnych, które pragną nie tylko skutecznie chronić swoje telefony komórkowe czy pompy insulinowe przed wilgocią, ale także korzystać z nich w każdych warunkach.



Opaski na udo

koronkowe i jednolite

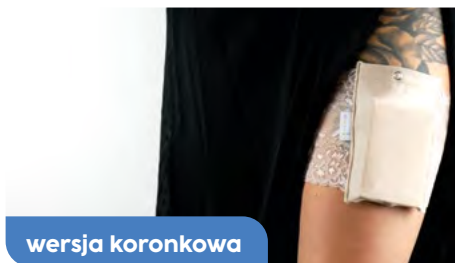
Oferowane produkty zostały wykonane z miękkiego, śliskiego materiału. Opaska na udo z kieszonką na pompę idealnie przylega do ciała. Doskonale nadaje się do noszenia pod sukienką lub spódnicą. Wyposażona została w solidny zatrzask, co stanowi zabezpieczenie przed przypadkowym przesunięciem lub wypadnięciem pompy. Do produktu zostały dołączone 2 sztuki pasków z zapinkami. W razie potrzeby można nimi przymocować opaskę do bielizny. Dostępne są różne rozmiary i kolory. Opaski występują w wersji jednolitej oraz koronkowej.

Kolory:

Rozmiary: S – 36 cm, M – 44 cm, L – 52 cm



wersja jednolita



wersja koronkowa

Contour®
Evolving with you

CONTOUR®PLUS ELITE

Twoja droga do efektywnego zarządzania cukrzycą

- Wysoka dokładność pomiaru, ważna przy podejmowaniu decyzji terapeutycznych¹,
- Funkcja smartLIGHT®, która ułatwia interpretację otrzymanego wyniku²,
- Pomiar drugiej szansy®, który daje możliwość dołożenia kropli krwi na ten sam pasek testowy, gdy pierwsza kropla jest niewystarczająca³,
- Aplikacja CONTOUR®DIABETES, której stosowanie wiąże się z mniejszą liczbą zdarzeń hipo- i hiperglikemii⁴.



Contour®
diabetes app

Więcej informacji na stronie www.diabetes.ascensia.pl

Referencje:

1. Klatz L et al. Accuracy and User Performance of a New Blood Glucose Monitoring System. Journal of Diabetes Science and Technology 2021, Vol. 15(6) 1382-1393. 2. Ankieta internetowa Smartson, Szwecja 2017: 352 respondentów: Osoby z cukrzycą typu 1 i typu 2, powyżej 18 roku życia, które brały się co najmniej 4-7 razy dziennie. Uczestnicy otrzymali bezpłatny glukometr i paski testowe. Badanie sfinansowane przez firmę Ascensia Diabetes Care. 3. Instrukcja obsługi CONTOUR®PLUS ELITE, listopad 2019, Rev11/19. 4. Stühr A and Pardo S. Impact of Real-world Use of the CONTOUR®DIABETES App on Glycemic Control and Testing Frequency. Poster presented at the Diabetes Technology Meeting (DTM), November 8-10 2018, North Bethesda, Maryland, USA.

© 2023 Ascensia Diabetes Care Holdings AG. Wszelkie prawa zastrzeżone. Ascensia, logo Ascensia Diabetes Care, Contour, Smartlight i Second-Chance są znakami towarowymi i/lub zarejestrowanymi znakami towarowymi firmy Ascensia Diabetes Care Holdings AG. Wszystkie inne znaki towarowe należą do ich właścicieli i zostały użyte wyłącznie w celach informacyjnych. Nie należy wnioskować ani sugerować żadnych związków ani poparcia.
PP-CPLUS_ELT-PL-0037

Glukometr CONTOUR®PLUS ELITE, paski testowe CONTOUR®PLUS oraz aplikacja mobilna CONTOUR®DIABETES przeznaczona do monitorowania i analizy wyników stężenia glukozy we krwi, do używania z glukometrami z rodziny Contour.

Producent: Ascensia Diabetes Care Holdings AG. Upoważniony przedstawiciel: Ascensia Diabetes Care Italy S.r.l. Reklamodawca: Ascensia Diabetes Care Poland sp. z o.o.

ASCENSIA
Diabetes Care

To jest wyrób medyczny.
Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.



Etui z paskiem i okienkiem na pompę



Etui z paskiem i okienkiem na pompę – idealne rozwiązanie dla tych, którzy chcą skutecznie zarządzać swoją pompą insulinową w sposób wygodny i stylowy.

- Regulowany pasek,
- Etui z zapięciem na zamek błyskawiczny,
- Okienko na pompę insulinową,
- Otwór na dren.

Obrotowe etui Myabetic ze sztucznej skóry do pomp Medtronic MiniMed™



Odkryj wyjątkowe etui firmy Medtronic, stworzone z myślą o użytkownikach pomp insulinowych MiniMed™. To eleganckie i funkcjonalne akcesorium wykonane ze sztucznej skóry.

Przezroczyste okienko pod klapką umożliwia łatwy podgląd ekranu pompy bez konieczności jej wyjmowania z etui. Dzięki temu możesz szybko monitorować i dostosowywać ustawienia pompy. Elastyczność etui pozwala na noszenie pompy insulinowej zarówno w pionie, jak i w poziomie, by dostosować się do Twoich indywidualnych preferencji.



Dostępne kolory:





10 pytań na temat cukrzycy

1 Jakie są różnice między cukrzycą typu 1 a typu 2?

Cukrzyca to grupa zaburzeń metabolicznych, która przyczynia się do występowania zbyt wysokiego poziomu cukru we krwi. Za jej przyczynę uznaje się defekt działania lub wydzielania insuliny. Cukrzyca typu 1 to choroba autoimmunologiczna, w której brak insuliny wynika z uszkodzenia komórek trzustki. Natomiast cukrzyca typu 2 może być wywołana insulinoopornością lub niedostateczną produkcją insuliny z powodu prowadzenia niezdrowego stylu życia.

2 Jak mogę kontrolować poziom cukru we krwi na co dzień?

Najprostszym sposobem jest badanie z użyciem glukometru. Można je wykonywać nawet kilka razy w ciągu dnia. Obecnie na polskim rynku dostępne są nowoczesne sensory, które umożliwiają samokontrolę bez konieczności nakłuwania palca, co znacząco zwiększa komfort codziennego monitorowania poziomu cukru. Warto również pamiętać, że część tych sensorów jest objęta refundacją Narodowego Funduszu Zdrowia (NFZ), co może znacząco obniżyć koszty ich stosowania. Pamiętaj o konsultacji wyników z lekarzem, który pomoże w ich interpretacji oraz dostosowaniu planu leczenia.



3 Jak rozpoznać hipoglikemię i jak sobie z nią radzić?



Hipoglikemia, czyli zbyt niski poziom cukru we krwi (poniżej 70 mg/dl), może objawiać się szeregiem symptomów, takich jak:

- uczucie głodu,
- drżenie rąk,
- nadmierne pocenie się,
- błądność skóry,
- uczucie osłabienia lub zawroty głowy,
- przyspieszone bicie serca,
- drażliwość lub trudności z koncentracją.

W skrajnych przypadkach mogą wystąpić zaburzenia widzenia, dezorientacja, a nawet utrata przytomności.

4 Czy mogę jeść słodczy lub cukier, jeśli mam cukrzycę?

Diabełcy muszą unikać nadmiernego spożycia węglowodanów i cukru. Nie oznacza to, że muszą rezygnować ze słodczy. Nie zalecane są jednak produkty, które zawierają cukry proste o bardzo wysokim indeksie glikemicznym. Za całkowicie bezpieczne dla osób z cukrzycą uznaje się słodziki tj. ksylitol i erytrol oraz czekoladę, batoniki i żelki bez cukru. Można jeść wszystko, ale w rozsądnych ilościach, dbając o odpowiednie bilansowanie posiłków i monitorowanie poziomu glukozy we krwi.

5 Czy muszę unikać wszystkich węglowodanów w diecie?

Według PTD (Polskiego Towarzystwa Diabetologicznego) udział węglowodanów (w tym pełnoziarnistych produktów zbożowych) w diecie powinien wynosić ok. 45% całkowitej ilości energii. Może być większy, gdy

Hipoglikemia – co robić?

Jeśli podejrzewasz hipoglikemię, należy ją jak najszybciej potwierdzić:

- **Zmierz cukier!**
- Spożyj szybko przyswajalne węglowodany – np. 15–20 g glukozy (3–4 tabletki glukozy) lub słodki napój (150–200 ml soku owocowego lub coli).
- Odczekaj 10–15 minut i sprawdź poziom cukru. Jeśli nadal jest niski, spożyj kolejną porcję glukozy lub węglowodanów.
- Zjedz coś o dłuższym czasie działania – np. kanapkę lub jogurt lub inne produkty bogate w tłuszcze lub białka, aby zapobiec ponownemu spadkowi cukru.

Ważne wskazówki:

- Zawsze miej przy sobie źródło szybko działających węglowodanów tj. tabletki glukozowe lub żel glukozowy.
- Poinformuj bliskich, jak mogą Ci pomóc w przypadku hipoglikemii, zwłaszcza jeśli stracisz przytomność.
- W przypadku ciężkiej hipoglikemii, która powoduje utratę przytomności, konieczne jest podanie glukagonu (zastrzyk lub spray donosowy), a następnie wezwanie pomocy medycznej.

ich źródłem są produkty o niskim indeksie glikemicznym i dużej zawartości błonnika. Wysoki udział węglowodanów powinien stać się elementem diety osób z cukrzycą o bardzo dużej aktywności fizycznej. Niższa niż 45% podaż może być czasowo zalecana u diabełków poruszających się sporadycznie.



6 Jak cukrzyca wpływa na moje zdrowie na dłuższą metę?

Nieleczona cukrzyca może przyczynić się do przewlekłego zaburzenia równowagi w organizmie oraz upośledzonej czynności różnych układów, co w konsekwencji prowadzi do niewydolności wielu narządów. Zdaniem Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) jest główną przyczyną ślepoty, zawałów serca, udaru mózgu, niewydolności nerek czy amputacji kończyn dolnych. Intensywna insulinoterapia może powodować znaczny wzrost ciała i rozwój zespołu metabolicznego oraz podwyższa ryzyko sercowo-naczyniowe.

7 Jakie są najlepsze rodzaje aktywności fizycznej dla osób z cukrzycą?

Diabetycy powinni wykonywać przede wszystkim ćwiczenia wytrzymałościowe, które wpływają na przyspieszenie oddychu i pracy serca. Dzięki nim więcej tlenu dociera do pracujących mięśni, co przyczynia się do obniżenia poziomu cukru we krwi. Do najbardziej popularnych form wysiłku tlenowego (aerobowego) zalicza się pływanie, bieganie, nordic-walking, jazdę na rowerze. Szczególnie zalecany jest szybki 30-minutowy spacer.

8 Czy muszę regularnie odwiedzać specjalistów, takich jak diabetolog czy dietetyk?

Osoby zmagające się z cukrzycą powinny regularnie umawiać się na wizyty kontrolne do lekarza prowadzącego leczenie. Muszą być otoczone stałą opieką diabetologa, który monitoruje stan zdrowia pacjenta,

dostosowuje dawki leków do indywidualnych potrzeb oraz edukuje w zakresie samodzielnego oznaczania poziomu cukru. Istotną rolę odgrywają też regularne badania kontrolne. Z kolei dietetyk to osoba, do której warto zgłosić się w celu opracowania specjalnego planu żywieniowego. Osoba z cukrzycą powinna przynajmniej raz do roku odwiedzać podologa, aby ocenić stan stóp, zapobiec powstawaniu powikłań oraz zadbać o odpowiednią profilaktykę zespołu stopy cukrzycowej.

9 Czy mogę spożywać alkohol, mając cukrzycę?

Napoje z procentami spożywane w niewielkich ilościach nie stanowią zagrożenia dla diabetyka. Warunkiem jest jednak wyrównana cukrzyca i regularna kontrola nad chorobą. Alkohole wysokoprocentowe tj. wódka, gin czy whisky nie są źródłem węglowodanów prostych, przez co nie powodują wzrostu poziomu glukozy we krwi.

10 Jak radzić sobie z emocjonalnymi wyzwaniami związanymi z cukrzycą?

Wiele badań potwierdza, że diabetycy częściej zgłaszają lęk i objawy depresji niż osoby zdrowe metabolicznie. Wśród chorych na cukrzycę zwiększa się odsetek zaburzeń lękowych, smutku czy niepokoju związanego z wykluczeniem społecznym. Cukrzycy mogą zadbać o swoje zdrowie psychiczne poprzez dochodzenie do akceptacji choroby. Nieocenione jest wsparcie bliskich oraz pomoc specjalistów (np. psychologa, psychiatry, dietetyka klinicznego, diabetologa, terapeuty lub coacha zdrowia).

Kosmetyki

Diabetegen

Maści Diabetegen stanowią doskonałą propozycję dla osób zmagających się z problemami skórnymi związanymi z cukrzycą. Te unikalne maści, stworzone specjalnie do pielęgnacji suchej skóry, mają na celu skuteczną prewencję przeciwko stopie cukrzycowej. Ich wyjątkowy skład, oparty na najwyższej jakości colostrum, gwarantuje łagodzenie i poprawę kondycji skóry, niwelowanie objawów takich jak przesuszenie, szorstkość, świąd, pękanie i rogowacenie.



Karnosil

Karnosil to dermokosmetyki stworzone z myślą o kompleksowej pielęgnacji skóry problematycznej. Te unikalne produkty nie tylko wspomagają regenerację skóry, ale również tworzą skuteczną warstwę ochronną, ograniczającą utratę wody przez naskórek oraz neutralizującą negatywne działanie czynników zewnętrznych, w tym potencjalne infekcje.



Opatrunek Atrauman Ag

Atrauman Ag to antybakteryjny jałowy opatrunek z maścią zawierającą srebro metaliczne. Wykorzystuje hydrofobową siatkę poliamidową pokrytą srebrem metalicznym oraz impregnowaną maścią bez wazeliny z triglicerydów. Działa bakteriobójczo poprzez uwalnianie jonów srebra pod wpływem wydzieliny z rany, zwalczając zarówno bakterie gram-ujemne, jak i gram-dodatnie, łącznie ze szczepami MRSA. Opatrunek ten to skuteczne wsparcie w procesie leczenia ran.

Dostępne rozmiary: **5 × 5 cm, 10 × 10 cm, 10 × 20 cm.**





Mydła z oliwek

Mydło z oliwy z oliwek to doskonały produkt do pielęgnacji skóry. Jest ono bogate w witaminy i minerały, które pomagają utrzymać skórę nawilżoną i zdrową. Dzięki właściwościom antybakteryjnym skutecznie zwalcza bakterie i zanieczyszczenia, przyczyniając się do oczyszczenia skóry i zapobiegania trądzikowi. Jego łagodna formuła pozbawiona sztucznych dodatków sprawia, że nadaje się do mycia całego ciała, w tym twarzy, rąk i włosów, stanowiąc idealny produkt dla osób z wrażliwą skórą, alergików oraz dla dzieci.



Hyiodine – kompleks jodu z kwasem hialuronowym

Żel oczyszczający to skuteczne wsparcie w procesie gojenia ran, niezależnie od ich głębokości. Jego wyjątkowa formuła przyspiesza regenerację i nadaje się do leczenia zarówno ran powierzchniowych, jak i głębokich, zwłaszcza tych o nierównym podłożu. Produkt dostępny jest w opakowaniu o pojemności **22 ml i 50 ml**.

Kwas hialuronowy 1,5% | Kompleks jodu 0,25%



ARGOTIAB™ krem

Gojenie bez powikłań

Unikalna formuła kremu, objęta patentem, charakteryzuje się potężnymi właściwościami przeciwbakteryjnymi, przeciwgrzybiczymi i przeciwwirusowymi. Składniki tego kremu doskonale sprawdzają się w procesie leczenia oraz regeneracji drobnych zmian skórnych, niewielkich otarć, oparzeń termicznych i chemicznych, a także mniejszych ran.

Zastosowanie:

- oparzenia I i II stopnia,
- owrzodzenia,
- odleżyny,
- infekcje skóry.



Higiena jamy ustnej

Płyny do płukania jamy ustnej Alfa Diabetic

Specjalistyczna ziołowa, łagodna i nawilżająca płukanka dla diabetyków.

Odpowiada na podstawowe potrzeby diabetyków:

- eliminuje nieświeży oddech,
- nawilża błonę śluzową – przeciwdziała suchości w jamie ustnej,
- działa przeciwkrwawicznie, przyspiesza gojenie ran,
- działa antybakteryjnie, antygrzybiczo, antywirusowo,
- nie zawiera cukru – płukanki są słodzone ksylitolem, który działa przeciwpóchniczo,
- ułatwia codzienną higienę jamy ustnej.



wersje
smakowe:
mild i fresh

Płukanka ALFA HERBAL odświeżająca i przeciwbakteryjna

Płukanka Alfa Herbal jest nieodłącznym elementem uzupełniającym odpowiednią higienę zarówno zębów, jak i dziąseł. Delikatnie nawilża błonę śluzową.

Płukanka polecana jest osobom, które mają problemy:

- z nieświeżym oddechem,
- z aftami, pleśniawkami i próchnicą,
- z krwawieniem dziąseł po myciu zębów,
- ze wzmożonym poziomem powstawania płytki, bakteryjnej i kamienia nazębnego.





Linia Xerostom

Xerostom to kompleksowa linia produktów do higieny jamy ustnej, stworzona specjalnie z myślą o osobach doświadczających problemów z jej suchością. Zapewnia skuteczne wsparcie, zwiększając wydzielanie śliny, łagodząc ból związany z suchością oraz redukując podrażnienia. Ponadto Xerostom pełni funkcję ochronną dla jamy ustnej i zębów, przeciwdziałając objawom kserostomii, takim jak próchnica czy rozwój kolonii grzybów. Ze względu na swoje korzystne właściwości szczególnie zalecana jest diabetikom.

Xerostom Toothpaste – pasta do zębów na suchość w ustach 50 ml

Pasta Xerostom to niezastąpione wsparcie w przywróceniu równowagi flory bakteryjnej, zwalczaniu uporczywego uczucia suchości w jamie ustnej oraz skutecznej nawilżaniu śluzówki.

Xerostom Gel Saliva Substitute 25 ml

Stosowanie żelu (substytutu śliny) Xerostom zwiększa wydzielanie śliny nawet o 200%. Łagodzi ból związany z suchością w jamie ustnej, poprawia nawilżenie jamy ustnej i gardła oraz łagodzi podrażnienia z powodu braku śliny.

Xerostom Spray na suchość w jamie ustnej

Spray nawilża błonę śluzową jamy ustnej, wspomagając produkcję śliny (specjalna formuła dla diabetyków).

Maziajki – pasta do zębów dla dzieci

Odkryj radosny świat higieny jamy ustnej z pastą do zębów Ziąja dla dzieci z serii Maziajki – stworzoną specjalnie, aby przynieść dużo zabawy i frajdy podczas codziennej pielęgnacji zębów. Pasta z fluorem jest przeznaczona dla dzieci powyżej 6 roku życia. Pomaga dbać o higienę zarówno zębów mlecznych, jak i tych „szóstek” oraz tych dopiero wyrzynających się zębów stałych.

Dostępne smaki:

- lody ciasteczkowo-waniliowe,
- guma balonowa.



Glukometr Accu-Chek Instant



Accu-Chek Instant to nowoczesny system do samodzielnego monitorowania poziomu glukozy we krwi. Dzięki swoim funkcjonalnościom jest odpowiedni dla osób z każdym typem cukrzycy, niezależnie od wieku. Ten zaawansowany glukometr ułatwia interpretację wyników dzięki wskaźnikowi zakresu docelowego na 9-stopniowej skali, co sprawia, że monitorowanie staje się jeszcze bardziej intuicyjne.

Najważniejsze cechy:

- Oznaczenie wyniku na 9-stopniowej skali zakresu docelowego,
- **Wynik pomiaru w czasie poniżej 4 sekund,**
- Łączność przez Bluetooth lub kabel USB,
- Średnie wartości pomiarów z ostatnich: 7, 14, 30 i 90 dni,
- Duży, podświetlany wyświetlacz LCD,
- Pojemność pamięci do 720 wyników i co najmniej 30 pomiarów kontrolnych.

**Produkty
dedykowane
do glukometru:**

Paski do glukozy Accu-Chek® Instant – 100 szt.

Paski testowe Accu-Chek® Instant pasujące do glukometru o tej samej nazwie tj. Accu-Chek® Instant. Paski testowe Accu-Chek® Instant znajdują się na liście refundacyjnej.

Opakowanie: 100 testów paskowych.



Lancety Accu-Chek FastClix 24

Opakowanie zawiera 24 sztuki sterylnych lancetów (4 bębni po 6 lancetów) przeznaczonych do współpracy z nakłuwaczem Accu-Chek FastClix.

Grubość 30G – 0,3 mm.



Płyn kontrolny Accu-Chek Instant

Płyn kontrolny Accu-Chek służy do sprawdzania poprawności działania aparatów Accu-Chek Instant, Accu-Chek Instant S i testów paskowych Accu-Chek Instant Glucose.

Opakowanie: 2 × 2,5 ml.





Jak skarpety dla diabetyków chronią stopy?

Oferujemy specjalistyczne skarpetki o działaniu anty-bakteryjnym oraz przeciwgrzybiczym. Są bezuciskowe i zapewniają wysoki komfort noszenia. Zdrowotne produkty zostały wykonane w taki sposób, by umożliwiać swobodny przepływ krwi oraz ograniczać ryzyko stanów zapalnych. Dodatkowo łagodzą obrzęki i likwidują uczucie ciężkich nóg. To szczególnie ważne dla diabetyków, którzy zmagają się ze stopą cukrzycową. Specjalistyczne skarpety są dostępne w wielu kolorach oraz rozmiarach.





Czym kierować się przy zakupie igieł do penów?

Oto kilka wskazówek:

- Rekomendowana przez Polskie Towarzystwo Diabetologiczne długość igły do podawania insuliny to 4 mm – insulinę podajemy podskórnie, bez względu na wiek i masę ciała. W przypadku wątpliwości, skonsultuj się ze swoim lekarzem.
- Przy igłach do penów, poza długością igły znajdziesz również informacje o jej grubości określaną literką G np. 33G – im większa wartość „G” tym igła jest cieńsza, co powoduje mniej bolesną iniekcję oraz zmniejsza ryzyko ran czy siniaków.
- Pamiętaj, że igły są sterylne i przeznaczone do jednorazowego użycia – po każdej iniekcji należy je wymienić.



Insupen

Rozmiary: 4 mm, 5 mm, 6 mm, 8 mm, 12 mm

Opakowanie: 100 sztuk



VeriFine

Rozmiary: 4 mm, 5 mm, 6 mm

Opakowanie: 100 sztuk



BD Micro-Fine Plus

Rozmiary: 4 mm, 5 mm, 6 mm, 8 mm

Opakowanie: 100 sztuk



Droplet®

Rozmiary: 4 mm, 5 mm, 6 mm, 8 mm, 10 mm, 12 mm

Opakowanie: 100 sztuk



NovoFine

Rozmiary: 6 mm, 8 mm

Opakowanie: 7 sztuk

igły
występują
w różnych
grubościach

pempa®

PEMPA 3w1, wyrób medyczny przeznaczony do pomiaru glukozy, cholesterolu i kwasu moczowego.
Producent: General Life Biotechnology Co., Ltd. Upoważniony przedstawiciel: MDSS GmbH. Podmiot prowadzący reklamę: CHIDE Polska SA.

PEMPA 3w1

URZĄDZENIE DO POMIARU
GLUKOZY, CHOLESTEROLU,
KWASU MOCZOWEGO.



Pomiar w 4 prostych krokach:

- 1 Umieść wybrany pasek testowy w urządzeniu.
- 2 Potwierdź numer kodu wybranego paska.
- 3 Pobierz próbkę krwi przy pomocy naktuwacza.
- 4 Odczytaj wynik, który pojawi się na wyświetlaczu.



CHOLESTEROL



KWAS MOCZOWY



GLUKOZA



2 lata gwarancji
door to door!

PRODUKTY DOSTĘPNE W SKLEPIE INTERNETOWYM
DIABETYK24.PL I SKLEPACH STACJONARNYCH!

To jest wyrób medyczny.
Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.



PICO – podciśnieniowa terapia leczenia ran

Dlaczego warto zainwestować w PICO?

To prosty w obsłudze system podciśnieniowej terapii leczenia ran, który można obsługiwać jednym przyciskiem. Łatwe w obsłudze i dyskretne urządzenie umożliwia prowadzenie normalnego trybu życia. Wskazaniem do leczenia PICO są rany przewlekłe, cięte, pooperacyjne oraz przeszczepy skóry.

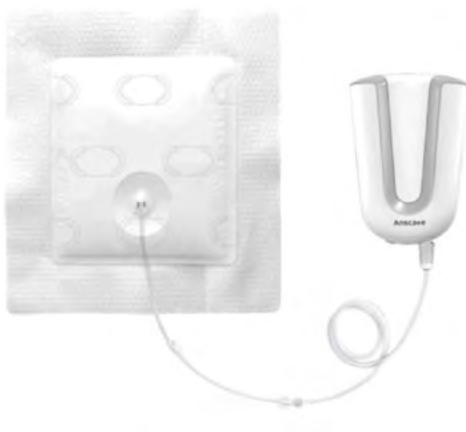
Zestaw PICO składa się z:

- 1 pompy,
- 10 pasków mocujących,
- 2 opatrunków piankowych,
- 2 baterii AA.



SIMO – podciśnieniowa terapia leczenia ran

To jednorazowy system do podciśnieniowej terapii ran, który zawiera w zestawie urządzenie, uchwyt oraz 2 opatrunki. SIMO jest lekki i mobilny, co znacznie ułatwia użytkowanie w warunkach domowych. Specjalistyczny system idealnie nadaje się do kontynuacji leczenia poza szpitalem. Przede wszystkim znajduje zastosowanie w profilaktyce zakażeń miejsc operowanych, w przypadku rozejścia się szwów czy gojenia się przeszczepów.





Zdrowe przepisy

Wypróbuj cztery różnorodne przepisy idealne dla osób z cukrzycą. Sprawdź, jak łatwo możesz zadbać o swoje menu.

materiał reklamowy

Zadbaj o duszę i ciało!

Ciastka orkiszowe SweetVegy to wyjątkowe połączenie smaków prosto z natury. Subtelna słodycz kokosa i delikatność buraczka - brzmi kusząco, prawda?

 SweetVegy



BEZ
dodatku
CUKRU

DLA
DIABETYKA

BEZ
LAKTOZY

BŁONNIK

MINERAŁY



Szybki obiad z tofu po chińsku to doskonała propozycja dla diabetyków. To połączenie białka roślinnego, zdrowych tłuszczów i błonnika pomaga utrzymać stabilny poziom cukru we krwi.

To smaczna, sycąca i łatwa do przygotowania opcja na codzienny posiłek.



Tofu po chińsku

1 porcja: 499 kcal | 4,4 WW | 2,9 WBT | W: 44,1 g | B: 25,1 g | T: 21,1 g

Składniki (na 2 porcje)

100 g brązowego ryżu
180 g tofu
1 łyżka oleju
40 g wody
50 g sosu sojowego
30 g masła orzechowego
1 ząbek czosnku
1 łyżeczka imbiru
450 g warzyw po chińsku

Sposób przygotowania

1. Ugotuj brązowy ryż.
2. Przygotuj sos z masła orzechowego, wody, imbiru, czosnku i sosu sojowego.
3. Pokrój tofu w kosteczkę i usmaż na oleju. Dodaj warzywa, smaż do miękkości warzyw.
4. Dodaj sos, wymieszaj, podgrzewaj do połączenia.
5. Wymieszaj z ryżem.



filmik z przepisem



Curry z ciecierzycą to nie tylko jest pełne smaku, ale także dostarcza niezbędnych składników odżywczych. Bogate w białko roślinne, błonnik i zdrowe tłuszcze, curry z ciecierzycą pomoże utrzymać stabilny poziom cukru we krwi. Przygotowanie jest proste i szybkie, dzięki czemu możesz cieszyć się pysznym i zdrowym posiłkiem bez długiego stania w kuchni. Oto przepis, który pozwoli Ci w kilka chwil stworzyć coś wyjątkowego.

Curry z ciecierzycą

1 porcja: 570 kcal | 5,4 WW | 3,2 WBT | W: 54 g | B: 19,6 g | T: 27 g

Składniki (na 2 porcje)

300 g cukinii
250 g pieczarek
1 łyżka oleju
20 g pasty curry
2 ząbki czosnku
1 łyżka sosu sojowego
200 g pomidorów z puszki
150 g mleczka kokosowego
200 g ciecierzycy z puszki
60 g szpinaku
80 g brązowego ryżu

Sposób przygotowania

1. Pokrój cukinię i pieczarki w plasterki.
2. Na rozgrzanym oleju podsmaż cukinię i pieczarki do odparowania wody.
3. Dodaj przeciśnięty przez praskę czosnek, sos sojowy, pastę curry, pomidory z puszki.
4. Dodaj ciecierzycę i mleczko kokosowe, wymieszaj.
5. Gotuj kilka minut do lekkiego zredukowania sosu, na koniec dodaj szpinak.
6. Podawaj z ugotowanym brązowym ryżem.

filmik z przepisem





Ten przepis na Sernik Nowojorski dla cukrzyków został specjalnie dostosowany, aby zapewnić wspaniały smak bez nadmiernego obciążenia cukrem. Dzięki zastosowaniu alternatywnych składników i umiarkowanemu wykorzystaniu naturalnych słodzików, ten sernik pozostaje prawdziwie smacowy, ale przyjazny dla osób z cukrzycą.



Sernik nowojorski

1 porcja: 360 kcal | 3,3 WW | 3 WBT | W: 33,2 g | B: 28,5 g | T: 11,5 g

Składniki (na 12 porcji)

SPÓD

160 g ciastek bez cukru

60 g masła

MASA SEROWA

1000 g twarogu z wiaderka

220 g erytrytolu

3 jaja

1 żółtko

200 g śmietany 18%

25 ml soku z cytryny

1 łyżeczka skórki z cytryny

25 g mąki pszennej

POLEWA

150 g śmietany 18%

150 g jogurtu naturalnego

15 ml soku cytryny

30 g zmielonego erytrytolu

Sposób przygotowania

1. Zblenduj ciastka na pył, roztop masło i wymieszaj.
2. Wyłóż masę ciasteczkową spód tortownicy.
3. Odstaw do lodówki.
4. Składniki na masę serową powinny być w temperaturze pokojowej.
5. Przełóż do miski: twaróg, jajka, żółtko, erytrytol, śmietanę oraz sok cytryny.
6. Wymieszaj krótko mikserem do połączenia, dodaj mąkę pszenną na koniec, wymieszaj do gładkości.
7. Przelej do tortownicy i piecz przez 1,5 godziny w temperaturze 150 stopni i ostudź.
8. Wymieszaj składniki na polewę i polej nią ostudzony sernik. Odstaw do lodówki na 12 godzin.

filmik z przepisem





Brownie z fasoli to zdrowsza alternatywa dla tradycyjnych ciastek brownie, idealna dla osób z cukrzycą lub tych, którzy dbają o zdrową dietę. Przepis na brownie z fasoli jest nie tylko smaczny, ale także bogaty w błonnik i białko, co może pomóc w regulowaniu poziomu cukru we krwi

Brownie z fasoli

1 porcja: 245 kcal | 2 WW | 1,6 WBT | W: 20 g | B: 14,5 g | T: 7 g

Składniki (na 6 porcji)

240 g czerwonej fasoli
1 jajko
40 ml oleju rzepakowego
70 g erytrytolu
40 g płatków owsianych
20 g kakao
½ łyżeczki proszku do pieczenia
100 g gorzkiej czekolady

Sposób przygotowania

1. Zblenduj blenderem fasole, olej oraz jajko na gładką masę.
2. Dodaj erytrytol, płatki owsiane, kakao, proszek do pieczenia – ponownie zblenduj do uzyskania gładkiej konsystencji.
3. Posiekaj czekoladę na kawałki.
4. Przełóż ciasto do keksówki wyłożonej papierem do pieczenia.
5. Posyp ciasto pokrojoną czekoladą.
6. Piecz w 180 stopniach przez 25–30 minut.
7. Pokrój brownie jak dobrze ostygnie i stężeje.

filmik z przepisem





Produkty spożywcze

Lizaki owocowe BIO

Lizaki owocowe EKO stworzone z myślą o osobach z cukrzycą i nie tylko! Lizaki w opakowaniu 85 g to nie tylko doskonała alternatywa dla tradycyjnych słodczy, ale także wyjątkowa przyjemność smakowa w zgodzie z zasadami zdrowego stylu życia. Lizaki są bezglutenowe i odpowiednie dla wegan!



BOB SNAIL przekąski

Może skusisz się na coś pysznego po obiedzie? Sprawdź wszystkie smaki przekąsek Bob Snail, przygotowanych z naturalnych owoców bez dodawania cukru ani konserwantów. W opakowaniu znajdują się trzy długie „wstążki” sprasowanego owocu.





Ciastko ŁAN z białkiem orzechowym i cukrem kokosowym

Marzysz o smacznej przekąsce do popołudniowej kawy? Rozsmakuj podniebienie ciasteczkami ŁAN. Irenki to rewolucyjne ciastka bezmączne, które przenoszą smak i wartości odżywcze na zupełnie nowy poziom. Wykorzystujące wyłącznie płatki zbożowe, Łan Ciastko to prawdziwa uczta dla podniebienia i doskonały wybór dla osób z cukrzycą, sportowców oraz tych, którzy dbają o zdrowy styl życia.



Dżemy St. Dalfour bez cukru

Francuska konfitura słodzona wyłącznie zagęszczonym sokiem owocowym, przez co posiada niższy indeks glikemiczny. Nie zawiera żadnych barwników ani aromatów. Oferowane dżemy St. Dalfour są słodzone skoncentrowanym sokiem winogronowym. Są dostępne w aż 16 smakach.



FitCukier kwiatowo-zielony

FitCukier to naturalne niskokaloryczne słodzikło zawierające kwiaty i zioła. Nadaje napojom i daniom bogatą słodycz. Idealnie smakuje z gorącymi i zimnymi napojami, deserami i słodkimi przekąskami.

- 100% naturalna słodycz
- kwiatowo-nektarowy zapach i smak
- zawiera naturalne płatki kwiatów
- nie zawiera produktów pszczołich
- niski indeks glikemiczny



Książki

Nastolatki i cukrzyca typu 1

Autorka książki Hadea Fisher sama zмага się z tym schorzeniem od 7. roku życia. Podkreśla, jak wygląda ten trudny okres z perspektywy nastolatka, oraz zachęca rodziców do dbania o fizyczny i psychiczny dobrostan swych dzieci. W oparciu o swoje doświadczenia zachęca m.in. do zarządzania cukrzycą dziecka w taki sposób, by zrezygnować z nadmiernego kontrolowania.

Autorka: Hadea Fisher



Glukozowa rewolucja

Autorka Glukozowej rewolucji w przystępny sposób omawia przełomowe odkrycia naukowe i pokazuje, jak zadbać o zdrowie bez konieczności wprowadzania radykalnych zmian. Na podstawie przeprowadzonych na sobie eksperymentów i dziesięciu prostych hacków uczy między innymi: w jakiej kolejności spożywać produkty co zjeść na śniadanie, by nie doświadczać spadków energii w ciągu dnia jak jeść słodczyce, by nie doprowadzać do skoków glukozy.

Autorka: Jessie Inchauspé,
tłumaczenie: Anna Brzostowska





Jak dobrze żyć z cukrzycą

Ta książka to nowoczesne spojrzenie na cukrzycę. Porad chorym i ich bliskim udzielają tu najlepsi polscy eksperci z wielu dziedzin medycyny. Zadają pytania, na które pacjentom w gabinetach lekarskich nie starcza czasu lub odwagi.

Autorki: Judyta Watoła, Margit Kossobudzka



Niski indeks glikemiczny

Autorka poradnika wskazuje, jak obliczyć wartość IG w posiłkach. Dodatkowo zamieszcza tabelę produktów o niskim, średnim i wysokim IG oraz ok. 100 przepisów na dania główne. Z książki można dowiedzieć m.in. tego jaki jest indeks glikemiczny różnych produktów i dlaczego warto stosować dietę o niskim IG.

Autorka: Agata Lewandowska



Liczymy kalorie

Książka jest dostępna w kieszonkowym wydaniu i dedykowana osobom na diecie niskoenergetycznej. Omawia grupę produktów spożywczych oraz zapotrzebowanie na węglowodany, białko, energię czy tłuszcze. W „Liczymy kalorie” podany został sposób obliczenia BMI, tj. wskaźnika masy ciała.

Autorki: Hanna Kunachowicz, Irena Nadolna, Krystyna Iwanow, Beata Przygoda



Wyspa diabetyków

Książka zachęca do prowadzenia zdrowego stylu życia. W przystępny sposób tłumaczy, czym jest cukrzyca i jak sobie radzić z chorobą na co dzień. „Wyspa diabetyków” to wciągająca opowieść, która przybliży temat schorzenia i możliwość prowadzenia aktywnego życia.

Praca zbiorowa: Joanna Kuhn, Pedro Borrego, Carla Maia De Almeida, Cristina Cunha Cardoso



Aktywność fizyczna dla osób starszych



materiał reklamowy

CoaguChek®

CoaguChek® INRange

Zapytaj swojego lekarza, jak możesz samodzielnie monitorować swój **wskaźnik INR***, bez względu na miejsce i czas.

* **Wskaźnik INR** (ang. International Normalized Ratio) to parametr laboratoryjny stosowany do oceny skuteczności leczenia przeciwzakrzepowego u pacjentów przyjmujących niektóre leki. INR jest powszechnie stosowany do monitorowania krzepliwości krwi i kontrolowania poziomu antykoagulacji.²

1. Refundacja obejmuje pacjentów leczonych antagonistami wit. K wymagających regularnej kontroli PT/INR: do ukończenia 18. r.ż. / ze sztucznymi mechanicznymi zastawkami serca / z migotaniem przedsionków z umiarkowaną do ciężkiej stenozą mitralną / z orzeczeniem o znacznym stopniu niepełnosprawności (przy uwzględnieniu zdolności pacjenta/opiekuna do prowadzenia samokontroli wskaźnika PT/INR w warunkach domowych, oraz edukacji w zakresie ewentualnej zmiany dawkowania leków w oparciu o wyniki pomiaru). Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 29 maja 2017 r. w sprawie wykazu wyrobów medycznych wydawanych na zlecenie.
2. Shikdar i wsp. (2023). StatPearls



Przewidziane zastosowanie:

System CoaguChek® INRange, obejmujący aparat CoaguChek INRange oraz pasek testowy CoaguChek XS® PT Test PST, jest przeznaczony do oznaczania czasu protrombinowego (PT) w świeżej krwi włośniczkowej. Jest on przeznaczony do stosowania przez odpowiednio wybranych i przeszkolonych pacjentów oraz ich odpowiednich opiekunów. Test czasu protrombinowego (PT) to ogólny test krzepliwości do monitorowania terapii antagonistą witaminy K. System CoaguChek® INRange jest przeznaczony wyłącznie do samodzielnego badania przez jednego pacjenta. Nie jest on przeznaczony do stosowania w warunkach profesjonalnych.

COAGUCHEK jest znakiem towarowym firmy Roche.

© 2025 Roche Diagnostics Polska

Producent: Roche Diagnostics GmbH

Opublikowane przez:

Roche Diagnostics Polska Sp. z o.o.
ul. Domaniewska 28
02-672 Warszawa

www.roche.pl
www.coaguchek.pl

MC-PL-01187

To jest wyrób medyczny. Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.



Zalecenia dotyczące aktywności fizycznej dla pacjentów chorych na cukrzycę typu 1 i 2 mogą być zbliżone. Wyjściowy poziom sprawności fizycznej, wiek, choroby towarzyszące będą modyfikowały możliwości podejmowania wysiłku jak i dobór odpowiednich rodzajów aktywności fizycznej. Ruch powinien cieszyć, nie ma „najlepszych ćwiczeń” rób to co sprawia ci przyjemność. Lubisz jeździć na rowerze, chodzić czy pływać? Na początku rodzaj aktywności jest drugorzędny, po prostu zacznij się ruszać! Z czasem zawsze będziesz mógł dodać czy zmienić rodzaj aktywności sportowej.

Zarówno w przypadku cukrzy typu 1 i typu 2 podjęcie intensywnej aktywności sportowej powinno być skonsultowane z lekarzem. Przy dłuższym wysiłku może znacząco spadać poziom cukru we krwi, dla osób początkujących może być to nawet 15 minut szybkiego marszu. Dzieje się to w związku ze wzrostem wrażliwość komórek na działanie insuliny w trakcie i po wysiłku. Powysiłkowe spadki poziomu cukru w trakcie i po wysiłku mogą być niebezpieczne i trzeba nauczyć się je kontrolować. Szczególnie wyczerpane powinny być osoby z cukrzycą typu 1 z racji wyższego generalnie ryzyka.

Ogólne zalecenia dotyczące aktywności fizycznej dla osób dorosłych chorych na cukrzycę:

- **Wysiłki o lekkiej intensywności:** bez wyraźnego przyspieszenia oddechu, tętna takie jak chodzenie, wolna jazda na rowerze, itp.
- **Wysiłki o umiarkowanej intensywności:** wysiłek, który przyspiesza nam oddech i tętno ale możemy wykonywać go przez kilkanaście minut, takie jak szybki marsz, wchodzenie pod lekko nachyloną górę, itp.
- **Wysiłki o dużej intensywności:** wysiłek, który wyraźnie przyspiesza nam oddech i tętno ale możemy go wykonać kilka minut, takie jak wejście po schodach, bieganie, itp.

Punktem wyjścia dla wszystkich osób z cukrzycą są zalecenia dotyczące aktywności fizycznej (WHO, 2020), które opisują szereg korzyści zdrowotnych związanych z podejmowaniem systematycznej aktywności fizycznej.

Dla osób dorosłych:

- Wszyscy dorośli powinni podejmować regularną aktywność fizyczną.
- Osoby dorosłe powinny wykonywać tygodniowo przynajmniej 150–300 minut wysiłku o umiarkowanej intensywności lub co najmniej 75–150 minut wysiłku dużej intensywności. Możliwe są dowolne kombinacje wysiłków o umiarkowanej i dużej intensywności w ciągu tygodnia.
- Osoby dorosłe powinni również wykonywać ćwiczenia z obciążeniem o umiarkowanej lub większej intensywności, które angażujące wszystkie główne grupy mięśni przez 2 lub więcej dni w tygodniu.

Przykłady aktywności fizycznych: ogólne, tak zwane tlenowe, zwykle lekkie i umiarkowane wysiłki (min. 4–5x w tygodniu):

Chodzenie

Jedna z najprostszych czynności fizycznych, po prostu ubierz się wygodnie i wyjdź z domu. Jeżeli zaczynasz to 15–20 minut może być wystarczające na początek. Staraj



się iść dość szybko jak na swoje możliwości, tak żeby „poczuć wysiłek”. Z czasem i go-dzinny marsz będzie przyjemnością.

Nordic walking (chodzenie z kijkami)

Chodzenie z kijkami ma pewne przewagi nad chodzeniem bez kijków. Angażuje mięśnie obrotu kończyny górnej, pozwala zwiększyć tempo chodu, jest bezpieczniejsze – można użyć kijków do podparcia się co zmniejsza ryzyko upadku. Nauczania się techniki chodu przeciętnie sprawnej osobie nie powinno to zająć dłużej niż pół godziny. Zalecenia czasowe jak wyżej.

Inne (rower, pływanie)

Dobieraj według swoich upodobań, pamiętaj, że efekt treningowy osiągniesz tylko jeżeli będziesz odczuwała wysiłek. Intensywność musi być odpowiednia inaczej nie będzie efektu zdrowotnego. Po 15–20 minutach wysiłku powinnaś czuć się lekko zmęczona.

Ćwiczenia z obciążeniem, celowane na określone grupy mięśni (2x w tygodniu minimum):

Mostek – wzmacnianie pośladków

- Połóż się na plecach ze zgiętymi kolanami, stopy oparte o podłoże. Nie łącz kolan. Delikatnie napnij mięśnie brzucha. Staraj się utrzymać ten delikatny skurcz mięśni przez cały czas trwania ćwiczenia.
- Zrób spokojny wydech, utrzymuj skurcz mięśni brzucha i wypchnij biodra w górę z podłogi, napinając mięśnie pośladków. Unikaj wypychania bioder zbyt wysoko, ponieważ zwiększa to wygięcie w dolnej części pleców i może powodować ból.
- Wykonaj wdech i powoli opuść się z powrotem do pozycji wyjściowej.
- Powtórz ćwiczenie 10 razy.

- Zaczynaj od 1 i z czasem zwiększ do 3 serii.

Przysiad

- Stań tak żeby stopy były ustawione nieco szerzej niż szerokość bioder, palce stóp lekko na zewnątrz i dłonie z boku ciała.
- Patrz w przód.
- Na początek przesun biodra do tyłu i w dół, wykonujesz jednocześnie ruch w biodrach i kolanach, tak jakbyś siadał na krzesło. W miarę opuszczania bioder kolana zaczynają powoli przesuwać się do przodu, patrz w przód, plecy proste.
- Zatrzymaj się w momencie gdy uda będą w poziomie i powoli podnoś się do góry, cały czas patrz w przód to pomoże utrzymać plecy wyprostowane.
- Powtórz ćwiczenie 10 razy.
- Zaczynaj od 1 i z czasem zwiększ do 3 serii.

Wspięcia na palce

- Stań wyprostowana przy ścianie lub przy stabilnym meblu i oprzyj się rękami. Podnieś jedną stopę nad ziemię. Stojąc na 1 nodze podnieś się na palcach, maksymalnie wysoko i wolno opuść. Staraj się utrzymać kolano i plecy proste.
- Powtórz dla obu nóg.
- Powtórz ćwiczenie po 10 razy na prawej i na lewej nodze.
- Zaczynaj od 1 i z czasem zwiększ do 3 serii.

Ćwiczenia z ciężarkami dla kończyny górnej mają szereg pozytywnych efektów. Wzmacniają mięśnie kończyn górnych, szyi i mogą zmniejszać dolegliwości w obrębie kręgosłupa szyjnego i piersiowego. Ze względu na zwiększone ryzyko neuropatii w obrębie dłoni (problemów w cieśni nadgarstka) warto zaczynać z mniejszym ciężarem 1–2 kg i starać się pilnować ustawienia nadgarstka w pozycji neutralnej.



Każdy dorosły może (i powinien) być w stanie ćwiczyć z ciężarem 10% masy ich ciała, dla kobiet wydaj się to dużo, ale przy powolnej progresji ćwiczeń jest możliwe do osiągnięcia dla praktycznie każdego zdrowego dorosłego (bez dużej nadwagi) w ciągu roku ćwiczeń. Twoim ciężarkiem może być zwykła butelka napełniona wodą.



Uginanie ramion

- Stań lub usiądź wygodnie, tak żebyś mogła zgąć i wyprostować łokieć w pełnym zakresie. Chwyc hantel do ręki (ćwicz osobno prawą i lewą rękę). Zrób lekki wydech, napnij brzuch i zegnij maksymalnie rękę trzymającą hantel, weź wdech a następnie wolno opuść ciężarek.
- Zaczynij od 1–2 kg.
- Powtórz ćwiczenie po 10 razy dla obu rąk.
- Zaczynij od 1 i z czasem zwiększ do 3 serii.

Podnoszenie ciężarków

- Stań lub usiądź wygodnie tak żebyś mogła podnieść bezpiecznie rękę z ciężarkiem nad głowę. Ręka zgięta w łokciu trzyma ciężarek przy barku. Zrób lekki wydech, napnij brzuch i podnieś ciężarek do sufitu, weź wdech a następnie wolno opuść ciężarek.
- Zaczynij od 1–2 kg.
- Powtórz ćwiczenie po 10 razy dla obu rąk.
- Zaczynij od 1 i z czasem zwiększ do 3 serii.

Wysokie pompki

- Oprzyj się dłońmi o stabilny mebel lub parapet. Zrób pół kroku do tyłu. Twój tułów

powinien być lekko pochylony w kierunku dłoni. Zrób lekki wydech, napnij brzuch i ugnij maksymalnie ręce w łokciach a następnie z wydechem wyprostuj je i wróć do pozycji wyjściowej.

- Obciążenie regulujesz pochyleniem tułowia. Powinieneś wykonać 10 powtórzeń, zależnie od możliwości wybierz wyższy lub niższy punkt podparcia.
- Powtórz ćwiczenie 10 razy.
- Zaczynij od 1 i z czasem zwiększ do 3 serii.

Uwaga: w przypadku drętwienia dłoni poproś specjalistę o dobór dodatkowe sprzętu umożliwiającego wykonanie tego ćwiczenia lub z niego zrezygnuj.

Rozciąganie barków

- Oprzyj się dłońmi o wysoki mebel lub parapet (obie dłonie). Zrób pół kroku w tyłu, ugnij lekko kolana, utrzymuj łokcie proste i pochyl prosty tułów w przód do momentu uczucia lekkie ciągnięcia w barkach.
- Utrzymaj pozycję 20–30 sekund.
- Powtórz 3–4 razy.

Ćwiczenia mają sens tylko jeżeli są wykonywane systematycznie. Wybierz 3 na początek i wykonuj je 3–4 x w tygodniu. Po kilku tygodniach poczujesz różnicę i będziesz gotowa zwiększyć intensywność wysiłku. W razie pytań skonsultuj się z fizjoterapeutą lub trenerem.

Odnosnie kontroli glikemii podczas wysiłku i związanych z nią zmian w dawkowaniu insuliny rozmawiaj ze swoim lekarzem.

Autor: Zbigniew Wroński, dr n. biol., specjalista fizjoterapii, adiunkt w zakładzie Podstaw Fizjoterapii, Wydział Lekarsko-Stomatologiczny Warszawski Uniwersytet Medyczny, fizjopunkt.pl

Kogo stać na chorowanie?

Zbieraj środki na swoją przyszłość

Załącz subkonto w Fundacji

Z SUBKONTEM możesz pokryć koszty:

- **Leczenia**, terapii i wizyt u specjalistów, w tym leczenia dentystycznego.
- **Zakupu** sprzętu medycznego i rehabilitacyjnego.
- **Diet i aktywności** fizycznej, w tym sprzętu sportowego oraz karnetów na siłownię lub basen.
- **Turnusów**, obozów sportowych i wyjazdów zdrowotnych.

Jak działa subkonto?

- Gromadzisz środki z **odpisów podatkowych**, darowizn i zbiorów.
- Korzystasz z aplikacji zakupowej, by zbierać dodatkowe fundusze.



Średni wpływ z 1,5% to **4 000 zł** rocznie.



Rekordziści zbierają nawet **106 000 zł!**

Pamiętaj, nie jesteś sam!

Tu znajdziesz **pomoc**
dla **Siebie i swojej Rodziny.**

Sprawdź



Wspieramy

Doradzamy

Szkolimy



Wsparcie od diagnozy

psychologiczne, edukacyjne,
technologiczne.



Aktywność i rozwój

obozy, turnusy rehabilitacyjne, Szkolenia,
karnety na siłownię.



szkolenia dla placówek oświatowych

z zakresu opieki nad dziećmi z ct1.



Wsparcie finansowe:

subkonta dla podopiecznych, pomoc
w zakupach sprzętu, terapii i leczenia
stomatologicznego

BĄDŹ Z FUNDACJĄ, KTÓRA DZIAŁA



Fundacja dla Dzieci i Dorosłych z Cukrzycą

ul. Szpitalna 5/16, 00-031 Warszawa

tel. +48 733 630 200

fundacja@fundacja-cukrzyca.pl



Odwiedź nasz sklep

www.chlonne24.pl 

**Przekonaj się, jak łatwe i wygodne
może być zamawianie online!**

Szybka dostawa

Szeroki wybór produktów

Zakupy bez wychodzenia z domu

Tu zrealizujesz zlecenie refundacyjne NFZ

W naszej ofercie znajdziesz:

- Pieluchomajtki
- Majtki chłonne
- Podkłady higieniczne
- Wkładki urologiczne dla kobiet i mężczyzn
- Opatrunki na odleżyny
- Specjalistyczne kosmetyki



Nie wiesz, jak zrealizować zlecenie NFZ na środki chłonne? To proste!

Sklep chlonne24 to:



Zlecenie na wyroby chłonne możesz uzyskać od lekarza rodzinnego.



Zadzwoń lub napisz do nas:
22 390 52 35 lub sklep@chlonne24.pl
Nasz zespół doradzi w doborze odpowiednich produktów i zrealizuje zlecenie NFZ. Potrzebny jest tylko numer zlecenia / PIN oraz pesel pacjenta. Wszystko odbywa się zaledwie w ciągu kilku minut.



Zamówienie dostarczymy kurierem pod wskazany adres.



Wystawiamy faktury oraz dokumenty niezbędne do ubiegania się o zwrot kosztów z PCPR i PFRON.



Prosty proces zamawiania



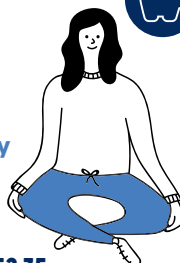
Darmowa wysyłka w 24h



Dyskretna paczka



Konkurencyjne ceny





Choroby związane z nietrzymaniem moczu

Inkontynencja moczowa jest kłopotliwym i wstydliwym problemem zdrowotnym. Statystycznie dotyka ok. 10-15% całego społeczeństwa. W znacznym stopniu utrudnia codzienne funkcjonowanie. Problem ten często związany jest ze starzeniem się organizmu. Z czego wynika nietrzymanie moczu u osób starszych? Jakie są objawy i przyczyny występowania inkontynencji u kobiet i mężczyzn? Odpowiedzi na kluczowe pytania udzielamy w poniższym artykule.

Objawy nietrzymania moczu

W znacznym stopniu zależą od typu i stopnia nasilenia NTM. Rodzaje nietrzymania moczu można rozróżnić na podstawie występujących objawów. Warto je obserwować podczas każdego epizodu NTM. Inkontynencja moczowa przyczynia się do odczuwania znacznego dyskomfortu. Co może wskazywać na nietrzymanie moczu u kobiet i mężczyzn? Spośród najbardziej niepokojących objawów warto wymienić:

- popuszczanie moczu podczas kichania, śmiania czy kaszlu;
- konieczność częstego korzystania z toalety, m.in. w sytuacjach stresujących lub podczas snu;
- niewielki i okazjonalny wyciek moczu, np. podczas podnoszenia ciężkich przedmiotów;
- przerywany lub słaby strumień.

U obu płci mogą pojawić się następujące symptomy patologiczne:

- problem z rozpoczęciem mikcji;
- uczucie nie do końca opróżnionego pęcherza;
- częste i silne parcie, co wymusza potrzebę pójścia do toalety;
- oddawanie moczu w nocy (nawet dwa razy podczas wypoczynku nocnego);
- popuszczanie przed dotarciem do łazienki.

Przyczyny nietrzymania moczu

Inkontynencja u osób starszych wynika zazwyczaj z zaburzeń funkcjonowania pęcherza moczowego oraz nerek. Nietrzymanie moczu w podeszłym wieku związane jest z osłabieniem mięśni i pogorszeniem ich elastyczności. Przede wszystkim tracą one swą siłę i kurczliwość. Pęcherz posiada mniejszą pojemność, przez co istnieje potrzeba oddania moczu, gdy jest już pełny.

Ze względu na ograniczoną mobilność, senior ma niewiele czasu na pójście do toalety.

Jaka jeszcze może być przyczyna nietrzymania moczu u osób starszych? Znaczący wpływ na dolegliwości związane z NTM ma mniejszy przepływ krwi przez nerki oraz spadek syntezy hormonu antydiuretycznego (ADH). Przyczynia się to do większej produkcji moczu, zwłaszcza w nocy i powoduje konieczność odwiedzania łazienki dwa lub więcej razy w trakcie spoczynku nocnego. W przypadku nagłego nietrzymania moczu charakterystyczne jest uczucie silnego parcia, w wyniku którego dochodzi do wycieku. Zaburzenie tego typu wynika z nadmiernej aktywności mięśni pęcherza moczowego.

Jeśli chodzi o wysiłkowe nietrzymanie moczu, przyczyną jest osłabienie mięśni Kegla. Do popuszczania często dochodzi podczas kichania czy kaszlu. Wynika to z faktu, że mięśnie dna miednicy nie zaciskają się prawidłowo. W tym przypadku wyróżnia się trzy stopnie zaawansowania problemu: (I) moczu wypływa przy znacznym wysiłku, (II) podczas uprawiania sportów, (III) nawet przy słabym wzroście ciśnienia śródbrzusznego.

Istnieje też tzw. inkontynencja neurogenna. Czym spowodowane jest tego rodzaju nietrzymanie moczu? Przyczyny neurologiczne mogą wynikać z chorób wrodzonych lub urazów. W znacznym stopniu prowadzą do stopniowego rozwoju dysfunkcji, w tym upośledzenia funkcji wydalniczych. Jakie choroby powodują nietrzymanie moczu

material reklamowy

seni®

Twoje wsparcie w nietrzymaniu moczu NA NOC

Nowość



+prebiotic

- ✦ poszerzone w tylnej części, dla lepszej ochrony w nocy
- ✦ z prebiotykiem, który **wspiera naturalny mikrobiom skóry**
- ✦ **najbardziej chłonne** z wkładek Seni Lady

Zamów próbkę na
senilady.pl




**POLSKI
PRODUKT**

Seni Lady produkty chłonne na nietrzymanie moczu. Producent i podmiot prowadzący reklamę – Toruńskie Zakłady Materiałów Opatunkowych SA.

To jest wyrób medyczny. Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.

z powodu zaburzeń neurologicznych? Spośród schorzeń wrodzonych warto wymienić: dziecięce porażenie mózgowe, rozszczep kręgosłupa czy agenezję kości krzyżowej. Inkontynencja może też pojawić się wskutek uszkodzenia mózgu lub rdzenia kręgowego.

Przyczyny nietrzymania moczu u kobiet

- Przebyte ciążę i porody – na skutek powiększającej się macicy i hormonów dochodzi do rozluźnienia mięśni dna miednicy. To przyczynia się do ich osłabienia, w konsekwencji prowadzi do inkontynencji. Nietrzymanie moczu może wystąpić nie tylko po cesarskim cięciu, ale też po porodzie siłami natury.
- Menopauza – zmiany hormonalne mają znaczący wpływ na problemy typu NTM. Nietrzymanie moczu może być wynikiem spadku poziomu estrogenów.
- Niektóre interwencje chirurgiczne – inkontynencja u kobiet jest często konsekwencją zabiegów ginekologicznych.
- Niezdrowy styl życia – na tego typu problemy wpływa w znacznym stopniu otyłość i nadwaga, brak ruchu, praca siedząca. Powodem wystąpienia inkontynencji może być także palenie papierosów czy otyłość brzuszna. Nadmierna masa ciała powoduje osłabienie mięśni dna miednicy.
- Częste infekcje intymne, do których może przyczyniać się nieprawidłowa higiena, długotrwała antybiotykoterapia czy intensywne życie seksualne.

Przyczyny nietrzymania moczu u mężczyzn

- Dolegliwości ze strony gruczołu krokowego – przede wszystkim chodzi o przerost

prostaty. Występuje nawet u połowy mężczyzn po 60. roku życia. Powiększający się gruczoł krokowy może powodować ucisk na pęcherz moczowy i wywoływać naglące parcia.

- Przyjmowanie leków o działaniu moczopędnym – są często stosowane w leczeniu przerostu prostaty. Do popuszczania moczu może też dochodzić z przepełnienia i z powodu pojawienia się przeszkody podpęcherzowej.
- Zakażenia układu moczowego – najczęściej wynikają z nieprawidłowej higieny miejsc intymnych. Mogą też wynikać z intensywnego życia seksualnego lub powiększenia gruczołu krokowego.
- Choroby neurologiczne i nowotwory – niektóre schorzenia wrodzone lub nabyte mogą przyczyniać się do inkontynencji u mężczyzn.
- Konsekwencja starzenia się organizmu – do wysiłkowego NTM dochodzi często w podeszłym wieku. Podobnie jak u kobiet objawia się mimowolnym popuszczaniem, np. podczas kasłania lub śmiania.

Ćwiczenia na nietrzymanie moczu

Niezbędne jest wzmocnienie mięśni Kegla. W eliminacji lub złagodzeniu inkontynencji moczowej mogą pomóc regularne ćwiczenia, które należy wykonywać trzy razy dziennie przez co najmniej 3 miesiące. Mięśnie dna miednicy trzeba zaciskać przez kilka sekund, a następnie je rozluźniać. Nie należy wstrzymywać oddechu podczas ćwiczeń. Dopiero po pewnym czasie można ocenić, czy przynoszą oczekiwane efekty. W wielu przypadkach sprawdzi się fizjoterapia obejmująca ćwiczenia fizyczne oraz edukację pacjenta z nietrzymaniem moczu.

Dlaczego diabetycy cierpią na inkontynencję

Nietrzymanie moczu przy cukrzycy to dość powszechne zjawisko. Dlaczego? Bo nerwy i naczynia krwionośne ulegają uszkodzeniu na skutek długotrwałego podwyższenia poziomu glukozy. Rozwiązaniem, które spowalnia ten proces, jest staranna kontrola glikemii. Choć każda osoba chorująca na cukrzycę doskonale wie, że nie zawsze udaje się utrzymać jej optymalny poziom. Należy jednak do niego dążyć, systematycznie wdrażając zaleconą przez specjalistę farmakoterapię, kontrolując masę ciała i prowadząc zdrowy tryb życia (regularne posiłki, spożywanie produktów o niskim indeksie glikemicznym IG, codzienna aktywność fizyczna).

Jedną z przyczyn pojawienia się nietrzymania moczu u diabetyków jest też osłabienie mięśni dna miednicy, które bezpośrednio wpływa na gorszą kontrolę pęcherza. Utrata elastyczności i siły tych mięśni objawia się początkowo w postaci pojedynczych incydentów popuszczania moczu, z czasem (jeżeli mięśnie nie są regularnie wzmacniane ćwiczeniami) inkontynencja staje się poważnym problemem utrudniającym codzienne funkcjonowanie. Warto też pamiętać, że zbyt wysoki poziom glukozy we krwi sprawia, iż organizm zwiększa produkcję moczu, próbując wydalic jej nadmiar. To z kolei powoduje większe obciążenie pęcherza i pogłębia problem nietrzymania moczu przy cukrzycy.

Jak poradzić sobie z nietrzymaniem moczu przy cukrzycy

Cukrzyca jest chorobą przewlekłą, więc towarzyszące jej neuropatie z czasem się pogłębiają. Nietrzymanie moczu występujące na tym tle jest trudne lub wręcz niemożliwe do wyleczenia. Można natomiast łagodzić jego przebieg i spowolnić postęp. Nie bez znaczenia jest również kwestia właściwej higieny intymnej i stosowanie odpowiednich materiałów chłonnych. **W ofercie TENA dostępne są wysokiej jakości produkty do ochrony jak i pielęgnacji przy nietrzymaniu moczu. Wszystkie nasze produkty są opracowywane pod kątem komfortu, zachowania godności i optymalnego zdrowia skóry.**



Majtki chłonne na dzień i na noc

Miękkie i niezawodne majtki na nietrzymanie moczu dla osób mobilnych o niezwyklej chłonności dla kobiet i mężczyzn, które idealnie sprawdzają się zarówno w ciągu dnia, jak i w nocy. Zostały zaprojektowane do noszenia jak zwykła, elastyczna bielizna, dzięki czemu umożliwiają prowadzenie na co dzień aktywnego stylu życia.

Bielizna na nietrzymanie moczu dla kobiet

Niezwykle dyskretna bielizna na nietrzymanie moczu TENA dla kobiet to stylowa i niezawodna ochrona przed przeciekaniem oraz zapachem. Różne modele damskich majtek na nietrzymanie moczu dostępne są w szerokiej gamie kolorów i rozmiarów, dzięki czemu można je dowolnie łączyć w różnych konfiguracjach ubioru i w zależności od okazji.



Bielizna na nietrzymanie moczu dla mężczyzn

Majtki na nietrzymanie moczu TENA dla mężczyzn posiadają męski krój, który zapewnia niezawodną ochronę, dyskrecję i komfort noszenia. Strefa chłonna znajduje się w przedniej części bielizny, tam gdzie mężczyźni potrzebują jej najbardziej, zapewniając wchłanianie płynów i nieprzyjemnego zapachu.



Już dziś możesz zamówić na tena.pl bezpłatną próbkę produktów TENA, aby dopasować optymalną ochronę przed nietrzymaniem moczu.

To jest wyrób medyczny.
Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.

Czy jesteś świadomym stomikiem?



Czy znasz zasady refundacji NFZ na produkty stomijne?

Refundacja wyrobów stomijnych NFZ jest ważnym wsparciem finansowym dla osób z wylonioną stomią.

Pacjenci mogą otrzymać dofinansowanie na sprzęt stomijny (worki stomijne oraz płytki), a także wyroby stomijne tzw. akcesoria stomijne, takie jak: pasty, pudry, paski czy pierścienie uszczelniające.

Jak działa refundacja?

Pierwsze zlecenie po operacji

Osoby świeżo po operacji wylonienia stomii mogą skorzystać z jednorazowego, miesięcznego zlecenia z podwójnym limitem finansowania.

Standardowe limity miesięczne

Sprzęt stomijny (worki i płytki) – pokrywany w całości przez NFZ do limitu finansowania.

Wyroby stomijne tzw. akcesoria oraz środki do pielęgnacji skóry wokół stomii – limit finansowania wynosi 120 zł miesięcznie. Pacjenci dorośli pokrywają 20% kosztów do limitu, a dzieci 10%.

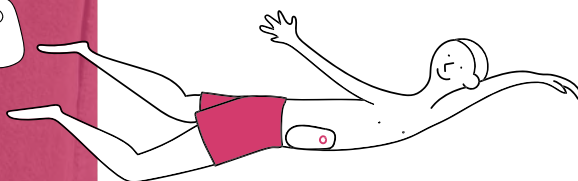


Odwiedź nasz sklep
www.stomia24.pl 

Wszystko dla Twojej stomii
w jednym miejscu



 @stomia24.pl



Czy wiesz, że mając dodatkowe uprawnienia możesz zamówić więcej?

Znaczny stopień niepełnosprawności (kod 47ZN/47ZND) lub dzieci do 18 r.ż. objęte „Ustawą za życie” (kod 47DN) mogą ubiegać się o zwiększony limit krotności refundacji.

W przypadku akcesoriów stomijnych 100% refundacji do limitu przysługuje inwalidom wojennym, wojskowym oraz osobom represjonowanym.

Jak złożyć zamówienie z refundacją NFZ na naszej stronie? To bardzo proste!

www.stomia24.pl

1. Wejdź na stronę stomia24.pl
2. Wybierz produkt stomijny, zaznacz wariant oraz refundację, którą masz na zleceniu
3. Przejdź do koszyka
4. Dodaj zlecenie refundacyjne lub przejdź do zamówienia bez refundacji
5. Wypełnij niezbędne dane
6. Potwierdź zamówienie
7. Czekaj na kuriera



Zamów teraz i przekonaj się, jakie to proste!

Odwiedź naszą stronę lub skontaktuj się z nami:

tel.: **22 112 36 26**

mail: **sklep@stomia24.pl**

Dlaczego warto wybrać sklep stomia24?



Wszystko dla Twojej stomii w jednym miejscu



Szeroki wybór produktów renomowanych marek



Łatwo zrealizujesz zlecenie refundacyjne



Prosty proces zamawiania



Darmowa wysyłka w 24h



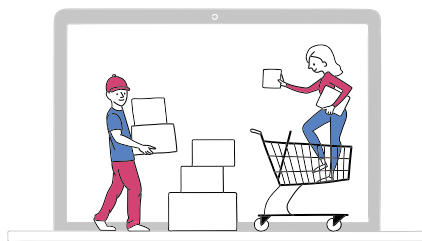
„Dyskretna paczka” dostarczona pod same drzwi



Bezpłatna konsultacja telefoniczna



Pomoc w realizacji zleceń refundacyjnych



Znajdź najbliższy sklep

zobacz sklepy na mapie

zadzwoń na infolinię sklepów
stacjonarnych: **22 597 61 00**



Kielce

ul. Grunwaldzka 45
25-736 Kielce

mail: grunwaldzka45@diabetyk24.pl
godziny otwarcia: pn–pt 8:00–16:00

Kraków

ul. Starowiślna 26/4U
31-032 Kraków

mail: starowislina26@diabetyk24.pl
godziny otwarcia: pn–pt 8:30–17:00

Kraków

ul. Wallenroda 18a
30-867 Kraków

mail: wallenroda18a@diabetyk24.pl
godziny otwarcia: pn–pt 8:00–16:00

Lublin

ul. Północna 20a lok. 3
20-064 Kraków

mail: polnocna20a@diabetyk24.pl
godziny otwarcia: pn–pt 8:00–16:00

Łódź

ul. Pankiewicza 15
91-738 Łódź

mail: pankiewicz15@diabetyk24.pl
godziny otwarcia: pn 8:00–17:00,
wt 08:00–16:00, śr 08:00–14:00,
czw 08:00–17:00, pt 08:00–16:00

Białystok

ul. Zamenhofa 10 lok. 23 (2 piętro)
15-435 Białystok

mail: zamenhofa10@diabetyk24.pl
godziny otwarcia: pn–pt 9:00–17:00

Bydgoszcz

ul. Chodkiewicza 51/53
85-667 Bydgoszcz

mail: chodkiewicz51@diabetyk24.pl
godziny otwarcia: pn–pt 8:00–16:00

Gdańsk

ul. Dębinki 7a lok. 1a
80-211 Gdańsk

mail: debinki7a@diabetyk24.pl
godziny otwarcia: pn–pt 8:00–16:00

Katowice

Górnośląskie Centrum Zdrowia Dziecka

ul. Medyków 16 (parter)
40-752 Katowice

mail: medykow16@diabetyk24.pl
godziny otwarcia: pn–pt 8:00–16:00

Łódź

Centralny Szpital Kliniczny

ul. Pomorska 251
92-213 Łódź

mail: pomorska251@diabetyk24.pl
godziny otwarcia: pn–pt 8:00–16:00

Olsztyn

Wojewódzki Specjalistyczny Szpital Dziecięcy

ul. Żołnierska 18a
11-048 Olsztyn

mail: zolnierska18@diabetyk24.pl
godziny otwarcia: pn–pt 8:00–16:00

Poznań

ul. Szpitalna 27c
60-591 Poznań

mail: miodowa5@diabetyk24.pl
godziny otwarcia: pn–pt 8:00–16:00

Poznań

ul. Jeżycka 43
60-864 Poznań

mail: jezycka43@diabetyk24.pl
godziny otwarcia: pn–pt 9:00–17:00

Rzeszów

ul. Lwowska 64 lok. 202
35-301 Rzeszów

mail: lwowska64@diabetyk24.pl
godziny otwarcia: pn–pt 8:00–16:00

Szczecin

ul. Klonowica 11a
71-244 Szczecin

mail: klonowica11a@diabetyk24.pl
godziny otwarcia: pn–pt 8:00–16:00

Warszawa

Hotel Patron (obok Centrum Zdrowia Dziecka)

Aleja Dzieci Polskich 20
04-730 Warszawa

mail: czd@diabetyk24.pl
godziny otwarcia: pn–pt 7:30–15:30

Warszawa

Wola

ul. Szlenkierów 6
01-181 Warszawa

mail: szlenkierow@diabetyk24.pl
godziny otwarcia: pn–pt 8:00–16:00

Warszawa

Szpital Pediatryczny

ul. Żwirki i Wigury 63a (pierwsze piętro)
02-091 Warszawa

mail: zwirki@diabetyk24.pl
godziny otwarcia: pn–pt 8:00–16:00

Warszawa

Instytut Diabetologii

ul. Raclawicka 129/2u
02-117 Warszawa

mail: instytutdiabetologii@diabetyk24.pl
godziny otwarcia: pn–pt 8:00–18:00
wt 9:00–16:00, śr–pt 9:00–18:00

Wrocław

Klinika Endokrynologii i Diabetologii Wieków Rozwojowego

ul. Chałubińskiego 2a
50-368 Wrocław

mail: chalubinskiego2a@diabetyk24.pl
godziny otwarcia: pn–pt 8:00–16:00

Wrocław

ul. Borowska 246
50-558 Wrocław

mail: borowska246@diabetyk24.pl
godziny otwarcia: pn–pt 8:00–16:00

Zabrze

ul. Krasinskiego 8
41-800 Zabrze

mail: krasinskiego8@diabetyk24.pl
godziny otwarcia: pn–pt 8:00–16:00

Jesteśmy z Wami

Czerwona kartka dla cukrzycy

Czerwona Kartka dla Cukrzycy to wyjątkowy międzynarodowy turniej piłki nożnej, w którym rywalizują drużyny dzieci z cukrzycą. To nie tylko sportowa rywalizacja, ale także okazja do integracji i budowania wzajemnego wsparcia. Diabetyk24 z dumą wspiera to wydarzenie i kibicuje młodym zawodnikom na żywo.



Insulin on board

Kolejny emocjonujący turniej piłkarski, w którym młodzi zawodnicy z cukrzycą pokazują, że sport i zdrowie idą w parze. To doskonała okazja do spotkań, wymiany doświadczeń i udowodnienia, że cukrzyca nie stanowi bariery do realizacji sportowych marzeń!





Bieg Policz się z Cukrzycą

Co roku pracownicy Diabetyk24 aktywnie biorą udział w biegu „Policz się z Cukrzycą”, organizowanym w ramach Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. To wydarzenie łączy sport, zdrowie i wsparcie dla osób z cukrzycą. Nasz udział to nie tylko sportowa rywalizacja, ale przede wszystkim manifest solidarności i zaangażowania w edukację społeczeństwa na temat tej choroby.



Wspieramy fundacje

Nasze zaangażowanie nie kończy się na wydarzeniach sportowych! Diabetyk24 aktywnie wspiera fundacje działające na rzecz dzieci z cukrzycą, uczestnicząc w różnego rodzaju wydarzeniach charytatywnych. Jednym z takich wyjątkowych momentów jest bal dobroczynny, który daje możliwość wsparcia najmłodszych diabetyków oraz ich rodzin. Poprzez naszą obecność i zaangażowanie pokazujemy, że każda forma pomocy ma znaczenie, a razem możemy zmieniać rzeczywistość dzieci zmagających się z cukrzycą.



TWOJA CUKRZYCA w jednym miejscu



kupuj prościej

**Twoje zakupy
w jednym miejscu**



bądź pierwszy

**powiadomienia
o nowościach
i promocjach**

bądź na bieżąco

**statusy Twoich
zamówień**



pobierz aplikację  **diabetyk24**

 **App Store**

 **Google Play**

