

Просим прислать Дневники самоконтроля.

Российская Диабетическая Ассоциация (РДА) совместно с российскими геофизиками и геобиологами по итогам Конгресса «Человек и Лекарство» 2014 г. планирует проведение статистического исследования для возможного выявления зависимостей уровней сахара в крови с показателями динамики геосфер: фазами Луны; длительностью светового дня; магнитными и солнечными бурями. У нас собраны Дневники самоконтроля пациентов, где отмечены дата с указанием месяца и года для нескольких десятков пациентов. Для расширения статистических данных просим присылать дневники самоконтроля в формате excel или access с указанием даты, месяца, года, времени суток; **показателей сахара в крови**; доз инсулина и хлебных единиц на электронно-почтовый адрес 5053399

@mail.ru. Образец Дневника вы можете скачать, перейдя по ссылке

[«Образец дневника самоконтроля»](#)

. Мы не гарантируем предоставление индивидуальных консультаций по дневникам, но по завершении исследования проинформируем посетителей сайта о его результатах.

[Виртуозная инсулинотерапия. Расчёт дозировок по Хорхе Каналесу](#)

[Как грамотно прочитать в магазине этикеточную надпись продукта, содержащего углеводы](#)

[Что такое Стандартная диабетическая тарелка МОО РДА](#)

[Рамадан, пост и диабет](#)

[Что нам нужно знать о низком уровне глюкозы в крови или о гипогликемии](#)

[Семейное \(домашнее\) обучение как официально принятая форма обучения детей в школе РФ и обучение детей больных диабетом.](#)

[Не инсулином единым. Сахарный диабет 1 типа не совсем такой, каким его представляют.](#)

[Оказание первой помощи немедицинским работником ребёнку с сахарным диабетом в школе или в детском саду.](#)

[Соль, сахар, диабет, ожирение.](#)

[Метформин может снижать уровень мужского полового гормона тестостерона в крови мужчин с сахарным диабетом 2 типа вне зависимости от достигаемого уровня глюкозы в крови.](#)

[Биография доктора Эрнесто Рома и история АССОЦИАЦИИ ЗАЩИТЫ ДИАБЕТИКОВ ПОРТУГАЛИИ](#)

[XXX-летие Клуба РДА «Школа диабета им. Эрнесто Рома»](#)

[Школа здоровья им Э.Рома для людей с диабетом 2 типа](#)

[Лечение гипогликемии у кошек и у собак, болеющих сахарным диабетом.](#)

Полезные статьи:

[Ученые перечислили продукты, от которых быстро полнеют.](#)

[Борьба с диабетом. Его можно победить, если знать секретные приемы.](#)

[Кулинарные рекомендации от врача психоэндокринолога, диабетолога по приготовлению первых блюд.](#)

[Чайный гриб подтвердил свои сахароснижающие свойства.](#)

[Почему вредно есть трансжиры?](#)

[Как провозить инсулин, шприцы, средства самоконтроля в салоне самолёта.](#)

[Горькая правда. Почему сахар есть не нужно.](#)

[Общие подходы к питанию людей с сахарным диабетом 1 типа.](#)

[О перемещении обучающих видеосюжетов Школы здоровья психофизической саморегуляции им. Эрнесто Рома из Instagram в Telegram и в VK.](#)

[Сколько Хлебных Единиц в сутки съесть, чтобы прожить дольше?](#)

[Витамин D 3 работает как гормон, влияет на восприимчивость к инсулину и на показатели углеводного обмена, на иммунологическую защиту в том числе против коронавируса.](#)

[Физическая нагрузка: занятия Клуба психофизической саморегуляции им. Эрнесто Рома при Российской Диабетической Ассоциации.](#)

[Психология диабета: занятия Клуба психофизической саморегуляции им. Эрнесто Рома при Российской Диабетической Ассоциации.](#)

[«Пить или не пить ?» - вот в чём вопрос.](#)

[Видеозанятия Клуба Школа психофизической саморегуляции им. Эрнесто Рома при РДА в июне 2021 года.](#)

[Жизнь с диабетом: Психотерапия творческим самовыражением – волшебные картинки Марии Тюняевой.](#)

[Новости Американской Диабетической Ассоциации в подходах к лечению сахарного диабета.](#)

[Новости группы Инстаграм РДА до 31 января 2021.](#)

[Влияние фаз лунного цикла на здоровье людей и на течение диабета, метаболического](#)

[синдрома.](#)

[Проблемы дистантного обучения в Школах диабета и иные проблемы людей с диабетом во время эпидемии.](#)

[Новости группы Инстаграм РДА до 25 декабря 2020.](#)

[Что нужно пить при встрече Нового 2021 года.](#)

[Яйца могут быть иммунологически полезным продуктом, рекомендованным Российской Диабетической Ассоциацией.](#)

[Новости группы Инстаграм РДА до середины ноября 2020 года.](#)

[Новости группы РДА в Инстаграмм октября 2020 года.](#)

[Механизмы психологической защиты в структуре внутренней картины болезни на разных стадиях переживания сахарного диабета.](#)

[Как получить бесплатно книгу «Инсулинотерапия для «чайников» М. Богомолова.](#)

[Принципы рациона для лиц, находящихся в режиме самоизоляции или карантина в домашних условиях, а также для пожилых людей.](#)

[Диетологические эпигенетические советы по питанию Школы здоровья психофизической саморегуляции им. Эрнесто Рома при МОО РДА.](#)

[Какие анализы сдавать людям с диабетом.](#)

[О перспективных возможностях использования инсулиновых помп для излечения диабета.](#)

[МОО РДА рекомендует потреблять 10 -25 ХЕ углеводов в сутки в рационах с низким гликемическим индексом. Низкоуглеводные и высокоуглеводные диеты сокращают продолжительность жизни.](#)

[Как получить ВСЁ от поликлиники: лекарства, тест-полоски, «расходники» для инсулиновой помпы, направление на санаторно - курортное лечение, адекватную медицинскую помощь и внимание.](#)

[Куда уходит жир при сбросе веса?](#)

[Совместимы ли педикюр и синдром диабетической стопы?](#)

[В чем отличие еды от перекуса? Есть или перекусывать?](#)

[Розмарин, кардамон, корица и другие против депрессии и диабета.](#)

[За школу диабета придется платить пациенту.](#)

[Можно ли украсть электронную информацию из электронных дневников самоконтроля, которые пациенты присылают в РДА?](#)

[Обязательно ли использовать дорогое лечение, чтобы оно было эффективным.](#)

[Изменение внешности при снижении веса](#)

[Психотерапия сахарного диабета и ожирения.](#)

[Какую позу занять...](#)

[Бесплатные консультации врачей эндокринологов.](#)

[Алкоголь и диабет](#)

[Значение Фэн-шуй в профилактике повышенного веса и диабета 2 типа](#)

[Механизмы психологической самозащиты при сахарном диабете и ожирении](#)

[Сколько нужно спать](#)

[Врач Богомолов М.В. дал интервью газете "Аргументы и факты" медицинскому обозревателю Александру Мельникову "Как правильно спать"](#)

[Еще раз о вреде соли](#)

[Диабет и пробиотики или о пользе кисломолочных продуктов.](#)

[Политика РДА в области здорового питания нашла научное подтверждение.](#)

[Практика бесплатных занятий в Клубе «Школа диабета им. Эрнесто Рома» РДА.](#)

[Опять о свекольном соке, ожирении, диабете, артериальной гипертензии.](#)

[Тонизирующие напитки. Мифы и реальность.](#)

[Грузинский ДИАБЕТИКОН и РДА помогли этническим азербайджанцам.](#)

[Одна из причин одиночества женщин.](#)

[РДА не рекомендует питаться, как мыши из университета Айовы.](#)

[Бесплатная психологическая помощь москвичам с сахарным диабетом.](#)

[Нужно просто меньше есть](#)

[Роль графологии для людей с метаболическим синдромом. Коррекция психоэмоциональных расстройств депрессии и тревоги почерком.](#)

[Способы борьбы с острым стрессом.](#)

[«Напитки с фруктозой повышают аппетит»???](#)

[Философские проблемы адаптации на примере пациентов с сахарным диабетом](#)

[Лечение почерком - продолжение следует.](#)

[Лечение почерком](#)

[Меняются представления о здоровом питании.](#)

[Отзыв. На выпуск журнала «Самобранка» № 1 \(53\), февраль 2015 по теме «Настольная книга диабетика», Издательство «Толока», г. Смоленск.](#)

[Нужна ли психологическая поддержка людям с диабетом?](#)

[Семьдесят самых популярных публикаций о диабете с августа 2014 года.](#)

[Влияние на дозы инсулина и на компенсацию диабета перевода часов и при перелете через несколько часовых поясов при пользовании инсулиновой помпой или при интенсифицированной инсулинотерапии.](#)

[Кто: папа или мама должны делать укол инсулина большому диабетом ребенку?](#)

[Особенности диагностики инсулиномы.](#)

[За что нам целлюлит?](#)

[Регуляция пищевого поведения](#)

[Музыкотерапия](#)

[О пользе помидоров при сахарном диабете и для мужчин после 40 лет](#)

[Пищевой индекс М. Богомолова](#)

[Нарушение пищевого поведения при сахарном диабете](#)

[Халяль. Стандарт здорового питания](#)

[Как правильно выбрать инсулиновую попку?](#)

[Хочешь похудеть? Кушай больше хорошего жира и меньше углеводов!](#)

[Школа здоровья эффективна для лечения не только для сахарного диабета](#)

[Левитированная вода "Левиталь"](#)

[Сокотерапия. Интервью врача Богомолова М.В. в газете АиФ](#)

[Приглашение к обсуждению методологии обучения самоконтролю по методике виртуозной инсулинотерапии.](#)

[Межведомственная стратегия Здорового образа жизни: обложить акцизами группы товаров или отдельные компоненты пищевых продуктов?](#)

[Расчет коэффициента доз инсулина по переводу избытка ммоль/л глюкозы в крови в проценты прибавки к Коэффициенту на Хлебную Единицу \(Кхе\).](#)

[Телемедицина для людей с диабетом.](#)

[Видеошкола диабета: "Что плохого в Хлебной Единице?".](#)

[Физическая нагрузка - естественное лекарственное средство](#)

[Закусывайте морскую рыбу красным, а не белым – Школа РДА им. Эрнесто Рома рекомендует](#)

[Бесплатный курс обучения правилам «Виртуозной инсулинотерапии» и правилам самоконтроля по Хорхе Каналесу в 2018 году.](#)

[Школа здоровья психофизической саморегуляции им. Эрнесто Рома](#)

[Могут ли внешне большие размеры порций способствовать здоровому потреблению](#)

пищи?

Видеозанятие Клуба "Школа здоровья им. Эрнесто Рома" по теме "Физическая нагрузка"