

EXPERT PROTOCOL · GLP-1 AGONIST · CLASSIC BASE

SEMAGLUTIDE

Семаглутид · Классический агонист GLP-1 · Флакон 5 мг

Базовый агонист рецепторов ГПП-1 (GLP-1). Стандарт GLP-1 терапии для контроля веса, регуляции пищевого поведения и коррекции метаболического синдрома. Идеальный вход в GLP-1 протоколы.

01 ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕПАРАТА

Семаглутид (Semaglutide) — классический базовый агонист рецепторов ГПП-1 (GLP-1). Предназначен для контроля веса, регуляции пищевого поведения и коррекции метаболического синдрома. **Стандарт входа** в GLP-1 терапию.

// СРАВНЕНИЕ С ДРУГИМИ GLP-1 ПЕПТИДАМИ

СЕМАГЛУТИД

1 рецептор
GLP-1

Классика · Мягкий

ТИРЗЕПАТИД

2 рецептора
GLP-1 + GIP
Усиленный

РЕТАТРУТИД

3 рецептора
GLP-1 + GIP + GCG
Максимальный

Семаглутид — базовый вход: мягче переносится, меньше побочных, стандарт для первого GLP-1 опыта

// ЭФФЕКТ 01 · АППЕТИТ

Снижение тяги к сладкому и жирному

Снижает аппетит и подавляет тягу к сладкому, жирному и перееданию. Меняет пищевое поведение на уровне центральной нервной системы.

// ЭФФЕКТ 02 · НАСЫЩЕНИЕ

Продлённое чувство сытости

Замедляет эвакуацию пищи из желудка — небольшие порции дают долгое ощущение сытости, что естественно снижает калорийность рациона.

// ЭФФЕКТ 03 · ГЛИКЕМИЯ

Умный инсулиновый ответ

Стимулирует секрецию инсулина **только в ответ на повышение глюкозы** — без риска гипогликемии, в отличие от инсулинотерапии.

02 ПРАВИЛО СТАРТА · ЭНДОКРИНОЛОГИЧЕСКИЙ ЧЕКАП

Перед началом курса рекомендуется сдать **базовые анализы** и пройти обследования для исключения противопоказаний.

// ЧЕКАП 01 · КРОВЬ И МЕТАБОЛИКА

Основные анализы

ОАК — общий анализ крови

Общий белок — **> 75 г/л** (защита мышц)

Сахар натощак

Инсулин — базальный уровень

HbA1c — гликированный гемоглобин

// ЧЕКАП 02 · ИСКЛЮЧЕНИЕ РИСКОВ

Специфические маркеры

Амилаза, Липаза — состояние поджелудочной
(препарат противопоказан при панкреатите)

Кальцитонин — онкомаркер для исключения
медуллярного рака щитовидной железы

УЗИ ОРГАНОВ БРЮШНОЙ ПОЛОСТИ

// UZI

Обязательно: исключить **камни в желчном пузыре**.

Семаглутид замедляет опорожнение желчного пузыря — при наличии камней курс запрещён.

03 ИНСТРУКЦИЯ ПО РАЗВЕДЕНИЮ · ВИАЛА 5 МГ

Для удобства **микродозирования** и точного забора небольших доз на старте флакон 5 мг разводится **стандартным объёмом 2 мл** растворителя.

// РАСТВОРИТЕЛЬ

Бактериостатическая вода из комплекта · объём **2 мл**

// КОНЦЕНТРАЦИЯ

5 мг / 2 мл = **2,5 мг/мл**

// 10 ЕД НА ШПРИЦЕ

= **0,25 мг** (начальная стартовая доза)

// 20 ЕД НА ШПРИЦЕ

= **0,5 мг** (второй этап дозирования)

// 40 ЕД НА ШПРИЦЕ

= **1,0 мг** (терапевтическая рабочая доза)



НЕ ТРЯСТИ ВИАЛУ.

Плавнo вращай флакон в пальцах до полной прозрачности раствора.

04 КЛАССИЧЕСКИЙ ПРОТОКОЛ ТИТРАЦИИ · 8 НЕДЕЛЬ

Инъекции — **подкожно** инсулиновым шприцем в жировую прослойку (по бокам от пупка на 3–4 см или в боковые складки на талии — «ушки»). **Кратность введения — 1 раз в неделю** в один и тот же день.

Флакон 5 мг рассчитан на **классический этап адаптации и плавного входа — 8 недель**.

// PHASE 01 · WEEKS 1–4

ФАЗА 1 · СТАРТ · Недели 1–4

Начальная адаптация к препарату · Оценка переносимости · **Расход за первый месяц: 1,0 мг (остаток 4,0 мг)**

// НЕДЕЛЬНАЯ ДОЗА

0,25 мг × 1 раз в неделю

10 ЕД на шприце U-100

// ЦЕЛЬ ФАЗЫ

Адаптация ЖКТ

Проверка переносимости, минимизация побочных

// СУММАРНО ЗА ФАЗУ

1,0 мг за 4 недели

Остаток во флаконе: 4,0 мг

// СИГНАЛ К ПОВЫШЕНИЮ

Возврат «пищевого шума»

Если голод возвращается — переход в фазу 2

// PHASE 02 · WEEKS 5–8

ФАЗА 2 · РАЗВИТИЕ · Недели 5–8

Усиление эффекта после стабильной адаптации · **Расход за второй месяц: 2,0 мг (остаток 2,0 мг)**

// НЕДЕЛЬНАЯ ДОЗА

0,5 мг × 1 раз в неделю

20 ЕД на шприце U-100

// СЛЕДУЮЩИЙ ШАГ

1,0 мг = 40 ЕД

Только при возврате пищевого шума

// СУММАРНО ЗА ФАЗУ

2,0 мг за 4 недели

Суммарный расход за 8 недель: 3,0 мг

// ОСТАТОК ФЛАКОНА

2,0 мг на 4 недели

Хватает ещё на 4 недели по 0,5 мг или 2 недели по 1,0 мг

// **GOLDEN RULE** **Повышай дозировку только тогда, когда на текущей дозе возвращается «пищевой шум» и угасает эффект сытости. Если на 0,25 мг вес стабильно уходит — оставайся на этой дозе как можно дольше. Меньшая доза = меньше побочных + экономия препарата.**

05 РАСЧЁТ РАСХОДНИКОВ

Для использования одного флакона 5 мг на **8 недель адаптации** потребуется минимальный набор.

#	НАИМЕНОВАНИЕ	КОЛ - ВО	НАЗНАЧЕНИЕ
01	Виала Семаглутида (5 мг)	1 шт	Флакон на 8 недель адаптации
02	Бактериостатическая вода (2 мл)	1 амп	В комплекте с флаконом
03	Шприц обычный 2–3 мл, двухкомпонентный	1 шт	Забор воды и разведение
04	Спиртовые салфетки инъекционные	10 шт	Обработка пробки и кожи
05	Инсулиновые шприцы U-100 · 1 мл Иглы 29G–31G · длина 6–8 мм · впаянные	8 шт	Еженедельные п/к инъекции (по 1 на неделю)

! **КРИТИЧЕСКИ ВАЖНО** — только шприцы со **ВПЯННОЙ** иглой.
В носике шприцев со съёмной иглой остаётся «мёртвая зона» — **транзитная потеря до 10–15% дорогостоящего Семаглутида**. За 8 уколов это ~1 инъекция, выброшенная впустую.

06 ОБЯЗАТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ И ВОДА

× **КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩЕНО ПОЛНОСТЬЮ ГОЛОДАТЬ.**
Из-за нехватки белка и воды начнут **стремительно уходить мышцы**, ухудшится тургор кожи, появится слабость и начнёт выпадать волос.

- ▶ Ешь полноценно **2–3 раза в день** — не пропускай приёмы пищи, даже если нет чувства голода.
- ▶ Добирай норму белка: **птица, рыба, яйца, протеин** — минимум **1,5–2 г/кг веса**.
- ▶ Пей от **2,5 литров чистой воды** в сутки — Семаглутид сильно обезвоживает.

07 ПОБОЧНЫЕ ЭФФЕКТЫ И ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ



ЗАЩИТА ОТ ТОШНОТЫ.

Семаглутид **чаще других GLP-1** на начальном этапе вызывает **тошноту, тяжесть в желудке или изжогу**. Начинай **строго со стартовой дозы 0,25 мг (10 ЕД)**. **Не передай** — ферменты желудка работают медленнее, поэтому избыточный объём пищи спровоцирует рвоту.

// **ANTI-NAUSEA** Ешь маленькими порциями **5–6 раз в день** вместо трёх больших. Избегай жирного, острого и очень сладкого в первые 2 недели. Держи под рукой имбирный чай или лимонную воду — снимает тошноту в первые дни курса.



АЛКОГОЛЬ — СТРОГО ИСКЛЮЧИТЬ.

В сочетании с замедленным пищеварением алкоголь **гарантированно вызовет сильный токсикоз, рвоту и вздутие**. Даже небольшая доза даст непропорционально жёсткий откат.

ХРАНЕНИЕ

ПОРОШОК · ЛИОФИЛИЗАТ // STATE 01

Тёмный шкаф, комнатная температура:
до 1 года

РАСТВОР · ЖИДКИЙ // STATE 02

СТРОГО в холодильнике
при +2...+8°C

Срок стабильности:
до 3 месяцев



НЕ ЗАМОРАЖИВАТЬ ГОТОВЫЙ РАСТВОР.

Кристаллизация воды разрушает белковую структуру пептида.