

# Индекс инсулино- резистентности (НОМА-IR)

Подготовлено при информационной  
поддержке лабораторной службы HELIX

## Как называется по-другому?

- Индекс инсулинорезистентности, индекс ХОМА.
- Резистентность инсулина

## Для чего делать?

- Резистентность к инсулину ведет к развитию диабета 2 типа, сердечно-сосудистых заболеваний, нарушения обмена веществ, метаболического синдрома. Индекс инсулинорезистентности помогает сделать выводы о степени риска появления этих заболеваний.
- Чтобы оценить резистентность к инсулину при метаболическом синдроме, поликистозе яичников, хронической почечной недостаточности, хронических гепатитах В и С, стеатозе печени.

## Материал для анализа

Кровь из вены.

## Как правильно подготовиться к анализу?

- Не есть в течение 8–12 часов перед исследованием.
- Сдача крови — в утренние часы и строго натощак.
- При записи на анализ сообщите о принимаемых лекарственных препаратах.
- Спокойствие и расслабленность в течение 30 минут до исследования.
- Не курить за 30 минут до сдачи анализа.

## Референсные значения\*

Содержание глюкозы в плазме крови

Возраст	Референсное значение
До 14 лет	3,3–5,6 ммоль/л
Старше 14 лет, мужчины, женщины (не в состоянии беременности)	4,1–6,1 ммоль/л
Беременные женщины	4,1–5,1 ммоль/л

## Оценка показателя

Уровень глюкозы в крови	Оценка
3,9–5,5 ммоль/л	Норма
5,6–6,9 ммоль/л	Преддиабетное состояние
7 ммоль/л и выше (при сдаче анализа несколько раз)	Диабет

## Инсулин

- 2,6–24,9 мкЕд/мл.

## Индекс инсулинорезистентности (НОМА IR) — рассчитывается по показаниям анализа:

- В возрасте от 20 до 60 лет: 0–2,7.

При нормальном значении индекса делается вывод об отсутствии развития инсулинорезистентности.

## Что может влиять на результат

- Время сдачи биоматериала на исследование
- Прием лекарственных препаратов
- Беременность

## Рекомендуемые дополнительные анализы при комплексном исследовании\*

- Глюкоза в плазме
- Инсулин
- Глюкоза в моче
- Гликированный гемоглобин (HbA1c)
- С-пептид в сыворотке

### При подготовке использованы материалы

1. Долгов В. В., Меньшиков В. В. Клиническая лабораторная диагностика: национальное руководство. – Т. I. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2012.–928 с.

2. Salgado AL, Carvalho Ld, Oliveira AC, Santos VN, Vieira JG, Parise ER. Insulin resistance index (HOMA-IR) in the differentiation of patients with non-alcoholic fatty liver disease and healthy individuals / Arq Gastroenterol. 2010 Apr-Jun; 47 (2): 165-9.

---

**\* Дополнительно проконсультируйтесь с врачом**

Вся информация в данном материале носит ознакомительный характер и не является рекомендациями или руководством к действию. Любое решение, принимаемое вами относительно сдачи анализов, должно предварительно согласовываться с вашим лечащим врачом.