

Co się dzieje w czasie choroby?

Organizm potrzebuje większej ilości energii, aby zwalczyć chorobę, szczególnie jeśli pojawia się gorączka. Wykorzystuje do tego zmagazynowany cukier. Niezbędne jest picie dużej ilości płynów i przyjmowanie insuliny, nawet jeśli w ogóle nie jadłeś posiłku. Przy niedoborze insuliny organizm zużywa energię pochodzącą ze spalania tłuszczu, a wtedy we krwi wzrasta poziom ciał ketonowych. Wysoki poziom ciał ketonowych może znacznie pogorszyć samopoczucie.

Jeśli stężenie glukozy wzrasta powyżej 250 mg/dl (cukrzyca typu 1) i 300 mg/dl (cukrzyca typu 2) konieczna jest kontrola poziomu ciał ketonowych.

Najważniejsze informacje

- Nie odstawiaj insuliny czy tabletek.
- Dostarczaj organizmowi odpowiedniej ilości węglowodanów jedząc niewiele, ale często. Zjedz zupę, a jeśli naprawdę nie możesz jeść, pij mleko lub soki owocowe.
- Pij dużo wody lub niesłodzonych napojów, aby zapobiec odwodnieniu organizmu.
- Kontroluj stężenie glukozy we krwi przy użyciu glukometru.
- Jeśli coś Cię niepokoi, poziom glikemii niebezpiecznie rośnie lub wymiotujesz, skonsultuj się z lekarzem!

Od ponad stu lat Abbott Laboratories pracuje nad unowocześnianiem opieki zdrowotnej dla ludzi na całym świecie, tworząc nowe technologie ochrony zdrowia mające pomóc usprawnić opiekę nad pacjentem. Odpowiedzialność i troska o zdrowie osób z cukrzycą to wartości, którymi

Abbott Diabetes Care kieruje się we wszystkich swoich działaniach. Dokładamy wszelkich starań, aby życie tych osób było lepsze, pogodniejsze i ...prostsze! Dlatego w naszym **Dziale Obsługi Klienta** znajdą Państwo odpowiedź na wszelkie pytania dotyczące obsługi glukometrów.

Wszystkie nasze glukometry objęte są Bezterminową Gwarancją.

Jeśli posiadacie Państwo glukometr firmy Abbott, albo nie macie jeszcze glukometru i chcielibyście dowiedzieć się więcej o produkowanych przez nas urządzeniach – serdecznie zachęcamy do kontaktu. Służymy naszą wiedzą i doświadczeniem.

Dział Obsługi Klienta

Infolinia 0 801 379 799*

(czynna pon.-pt. w godz. 8.00-17.00, *opłata wg taryfy lokalnej)

lub 0 22 606 10 33-34, 75

Materiał opracowany przez:
Abbott Laboratories Poland Sp. z o.o.
Abbott Diabetes Care
ul. Postępu 18A
02-676 Warszawa
www.abbott-diabetes-care.pl

Informacje zawarte w niniejszej ulotce nie stanowią porady lekarskiej, która może być udzielona wyłącznie przez lekarza.



Wysokie i niskie stężenie glukozy we krwi



Chorzy na cukrzycę powinni dążyć do osiągnięcia niższych wartości stężenia glukozy we krwi i hemoglobiny glikowanej.

Osoby chorujące na cukrzycę typu 1 lub krótkotrwałą cukrzycę typu 2	
Glikemia na czczo i przed posiłkami (dot. również samokontroli)	70-110 mg/dl (3,9-6,1 mmol/l)
Glikemia 2 godziny po posiłku (podczas samokontroli)	<140 mg/dl (7,8 mmol/l)
Hemoglobina glikowana HbA _{1c}	≤6,5%
Pozostali chorzy	
Glikemia na czczo i przed posiłkami (dot. również samokontroli)	70-110 mg/dl (3,9-6,1 mmol/l)
Glikemia 2 godziny po posiłku (podczas samokontroli)	<160 mg/dl (8,9 mmol/l)
Hemoglobina glikowana HbA _{1c}	≤7%

Wysokie stężenie glukozy

Zbyt wysoki poziom cukru we krwi (hiperglikemia) charakteryzuje przede wszystkim nadmierne pragnienie, częste oddawanie moczu, wzmożone łaknienie, senność, przemęczenie i/lub zaburzenia widzenia.

Co powoduje wzrost stężenia glukozy we krwi?

- Obfity posiłek,
- Zwiększone spożycie węglowodanów (cukrów prostych),
- Niedostateczna dawka insuliny,
- Niedostateczna dawka leku doustnego, obniżającego poziom glikemii,

- Brak wysiłku fizycznego,
- Sytuacje stresowe (choć u niektórych osób mogą one obniżyć poziom cukru we krwi),
- Dodatkowa choroba,
- Przyjmowanie niektórych leków.

Niskie stężenie glukozy

Zbyt niski poziom cukru we krwi (hipoglikemia) objawia się drżeniem ciała, błądzeniem, nadmierną potliwością, kołataniem serca, dezorientacją, zaburzeniami widzenia, bólem głowy i uczuciem głodu.

- Zjedz lub wypij produkty zawierające cukry proste np. owoce, cukier, miód, sok, dzięki czemu poziom cukru we krwi wróci do normy.
- Następnie zjedz coś zawierającego węglowodany złożone, np. kanapkę.

Co powoduje obniżenie stężenia glukozy we krwi?

- Brak posiłku czy przekąski bądź zbyt duże przerwy między posiłkami,
- Alkohol,
- Intensywny wysiłek fizyczny,
- Przyjmowanie zbyt dużej ilości insuliny,
- Niektóre leki dla diabetyków.

Samokontrola

Liczbę oznaczeń poziomu cukru uzgodnij indywidualnie ze swoim lekarzem prowadzącym. Jest ona zależna od Twojego wieku, typu cukrzycy i stopnia jej wyrównania.

Pomiary stężenia glukozy wykonuje się o porach dnia zależnych od Twojej aktywności i przyjmowanych posiłków, kiedy oczekiwane są skrajne wartości glikemii w ciągu doby.

Pełny dobowy profil glikemii obejmuje oznaczenia:

- Rano, na czczo, przed każdym głównym posiłkiem,
- 120 minut po każdym głównym posiłku,
- Przed snem, o godzinie 24.00,
- W nocy w godz. 2.00-4.00.

Zapobieganie hipoglikemii

- Jedz o stałych porach – pominięcie posiłku lub zbyt duża przerwa między posiłkami to najczęstsze przyczyny hipoglikemii.
- Regularnie kontroluj poziom cukru we krwi – może się okazać, że konieczne jest dostosowanie dawki insuliny lub tabletek.
- Wykonuj dodatkowe pomiary poziomu cukru we krwi, jeżeli odczuwasz niepokój, np. w nocy lub przed i po ćwiczeniach fizycznych.
- Upewnij się, że Twoja rodzina i znajomi potrafią rozpoznać hipoglikemię i wiedzą jak Ci pomóc.

Pamiętaj!

- Nie siadaj za kierownicą, jeśli nie masz pewności, że Twój poziom glikemii jest prawidłowy.
- Podczas podróży zatrzymuj się co jakiś czas w celu wykonania pomiarów i spożycia posiłku.
- Jedz mało, ale często (co 2-3 godziny). Zawsze miej pod ręką kanapki, cukier lub tabletki z glukozą.