

DÜŞÜK KAN ŞEKERİ

Hızlı gelişme (kan şekeri 3,5–4,0 mmol/l'nin altında)

ÖZELLİKLERİ:

- Terleme, baş ağrısı, baş dönmesi
- Açlık hissi
- Titreme
- Kalp çarpıntısı
- Düşük konsantrasyon yeteneği
- Sinirlilik, saldırganlık
- Uyuşukluk

ÖNLEMLER:

- **Hafif etkilerde** glikoz tabletleri ya da tatlı meyve suyu veya meyve suyu gibi sıvı karbonhidratlar alın.
- **Etkilerin hızlı gelişmesi** veya 10-15 dakika sonra devam etmesi durumunda tekrarlayın/daha fazla karbonhidrat alın.

30-45 dakika içinde yemek yemeyeceksiniz etkilerin tekrarlanmayacağından emin olmak için küçük bir atıştırma almanız gerekebilir.

Kişi yutacak durumda değilse sıvı vermeyin.

- Kasılmalar veya bilinç kaybı durumunda, **derhal bir hekime/hastaneye başvurun!**

NEDENLERİ:

- Çok fazla insülin
- Çok az yemek, geç yemek
- Aktivite öncesi yüksek insülin dozu ve ya yetersiz karbonhidrat alımı
- Alkol

YÜKSEK KAN ŞEKERİ

Keton zehirlenmesi, yavaş gelişme

ÖZELLİKLERİ:

- Artan susuzluk
- Artan idrar seviyeleri
- Yorgunluk
- Bulanık görme
- İştah kaybı
- Mide bulantısı
- Kusma
- Karın ağrısı
- Aseton gibi nefes kokusu
- Nefes darlığı

ÖNLEMLER:

- Kan şekeri ve kan ketonu ölçümü
- İnsülin ve gerektiğinde basit karbonhidratlar ekleyin
- Tıbbi yardım ve hastane bakımı isteyin

NEDENLERİ:

- Enfeksiyon, ateş
- Çok az insülin
- Gıda ve insülin alımı arasındaki yanlış oranlar
- İnsülin pompasıyla insülin aktarımında hata
- SGLT-2 inhibitörleri ile tedavi ketoasidozu maskeleyebilir

Doktorum/hemşirem

telefon numarası

KETON ZEHİRLENMESİ - KETOASİDOZ (insülin eksikliğine bağlı kan asidi oluşumu)

ERKEN BELİRTİLERİ:

- Aşırı idrara çıkma
- Aşırı susuzluk
- Ağız kuruluğu
- Yüksek kan şekeri

AKUT BELİRTİLERİ:

- Aşırı açlık
- Halsizlik
- Nefes darlığı
- Karın ağrısı
- Bulantı/kusma
- Su kaybı belirtileri
- Aseton kokulu nefes
- Bilinç kaybı, koma

KAN KETONLARI TESTİ NE ZAMAN YAPILMALIDIR?

Kan ketonlarını 14 mmol/l veya daha yüksek olduğunda veya nedenini bilmeden kendinizi kötü hissettiğinizde test ettirin.

KAN ŞEKERİ VE KAN KETONLARININ FARKLI DÜZEYLERİNDE ÖNLEMLER*

	14 mmol/l altında kan şekeri	14 mmol/l ya da daha yüksek kan şekeri
3,0 mmol/l ya da daha yüksek kan ketonları	Açık ketoasidoz riski. Hemen bir doktora başvurun.	Açık ketoasidoz riski. Hemen bir doktora başvurun.
Kan ketonları 1,5-2,9 mmol/l	Hızla karbonhidratlara ve muhtemelen daha fazla insüline ihtiyacınız var**. Ketoasidoz riski, doktora başvurun.	Daha fazla insüline ihtiyacınız var**. Diyabet ekibiniz tarafından verilen talimatları takip edin. Ketoasidoz riski, doktora başvurun.
Kan ketonları 0,6-1,4 mmol/l	Hızla karbonhidratlara ve muhtemelen daha fazla insüline ihtiyacınız var**. 1-2 saat sonra kan şekeri ve kan ketonlarını test etmeye devam edin.	Daha fazla insüline ihtiyacınız var**. Diyabet ekibiniz tarafından verilen talimatları takip edin. 1-2 saat sonra kan şekeri ve kan ketonlarını test etmeye devam edin.
Kan ketonları 0,6 mmol/l altında	Ketoasidoz belirtisi yok, belirtilerin başka nedenlerini düşünün.	Ketoasidoz belirtisi yok. 1-2 saat sonra kan şekeri ve kan ketonlarını test etmeye devam edin.

*ISPAD Clinical Practice Consensus Guidelines 2009 uyarınca. Kan ketonlarının yorumlanması için İsveç ulusal yönergeleri henüz oluşturulmamıştır

** Kan ketonları ekstra bir insülin enjeksiyonundan sonraki ilk saatte yükselebilir, ancak daha sonra önemli ölçüde düşecektir.