

HIPOGLUCÈMIA

És un baix nivell de glucosa en sang (<70mg/dl).

Síntomes: Debilitat, cansament, mareig, tremolors, pal·lidesa...

Com actuar?: Ingerir hidrats de carboni d'acció ràpida (fruita, suc, sucre, llet, mel, refrescs...).

Si al cap de 15 min continua sent baix, ingerir altre cop sucre.

En cas de mareig extrem i nivells molt baixos, injectar glucagó

HIPERGLUCÈMIA

És un alt nivell de glucosa en sang (>250mg/dl).

Síntomes: Nàusees, vòmits, cansament, poliúria i polidípsia...

Com actuar?: Comprovar els nivells de glucèmia, i si estan a >250 mg/dl, realitzar prova de cetones en sang o orina.

Contactar amb l'equip mèdic, ells avaluaran la situació i proposaran una solució.

DUBTES

- On emmagatzemo la insulina i el glucagó?

La insulina a la nevera sempre que no s'hagi començat a utilitzar.

Quan es comença a utilitzar, treure unes 2 hores abans de la nevera, i conservar en ambient fresc (no deixar al sol).

El glucagó sempre a la nevera.

- Pot fer exercici l'infant diabètic?

Sí, i és molt recomanable. Només cal tenir en compte que la dosi a administrar d'insulina abans de fer exercici ha de ser més baixa de l'habitual, i menjar alguna cosa si aquest exercici es prolonga.

LA DIABETIS DE COLÒNIES



UNIVERSITAT DE
BARCELONA



Google Play

"The Diabetes Game"

QUÈ ÉS LA DIABETIS?

La diabetis és una malaltia caracteritzada per un augment de glucosa en sang. La glucosa és l'energia que necessita el cos per funcionar, però per poder utilitzar-la necessitem una hormona, la insulina. El pacient diabètic té manca d'aquesta hormona, i per tant, no pot aprofitar la glucosa i no genera energia.

SÍMPTOMES

- Poliúria (orinar moltes vegades)
- Polidípsia (tenir molta set)
- Polifàgia (tenir molta gana)
- Pèrdua de pes
- Fatiga, irritabilitat, visió borrosa

VALORS DE REFERÈNCIA (GLUCOSA)

Paràmetre	Ideal (sense diabetis)	ÒPTIM	Subòptim	Alt risc (acció requerida)
En dejú i abans de les menjades	65-100	70-145	>145	>160
Després de menjar	80-126	90-180	180-250	>250
Hora de dormir	80-100	120-180	<120 o 180-200	<80 o >200
Nocturnes	65-100	80-160	<75 o >160	<70 o 200

CONTROLS DE GLUCÈMIA

Cal fer controls de glucèmia (glucòmetre) seguint la següent pauta:

ESMORZAR		2n ESMORZAR		DINAR	
Abans	Després*	Abans	Després*	Abans	Després*
BERENAR			SOPAR		
Abans	Després*	Abans	Després**		

*2 hores després de la ingesta (postprandial)

**3 hores després del sopar o just abans de dormir

COM FER UN CONTROL DE GLUCÈMIA?

1. Rentar-se les mans amb aigua i sabó
2. Posar la tira reactiva al glucòmetre
3. Posar una llanceta nova, situar-la al dit i prémer el botó
4. Pressionar el dit perquè surti una gota de sang.
5. Tocar la sang amb la tira reactiva i llegir la lectura que en fa.

INJECCIÓ D'INSULINA

