

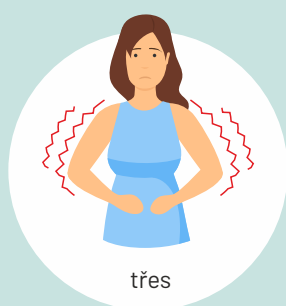
HYPOGLYKEMIE U PACIENTŮ S DIABETEM



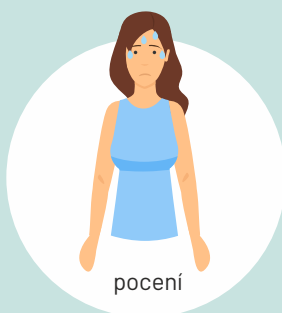
Co je to hypoglykemie

Hypoglykemie je příliš nízké množství cukru (glukózy) v krvi (podle definice $< 3,9$ mmol/l). Vzniká u osob s diabetem, pokud užijí příliš vysokou dávku inzulínu, antidiabetik, vykonávají neobvykle namáhavou fyzickou činnost nebo vynechají jídlo. Protože je glukóza jediným zdrojem energie pro mozek, je nutné hypoglykemii okamžitě řešit. Při projevech, jako jsou pocení, třes, neklid nebo bledost obličeje, je třeba pokud možno zkontrolovat hladinu cukru v krvi a ihned doplnit cukr – nejlépe vypít sklenici sladkého džusu nebo sníst kostku cukru. Hypoglykemie může vést ke ztrátě vědomí i ke smrti. Vyžaduje proto okamžitý zásah. Osobě v hypoglykemii se sníženým vědomím nebo v bezvědomí musí pomoci druhá osoba. Podá jí injekci s glukagonem a zavolá záchranou službu.

Příznaky hypoglykemie



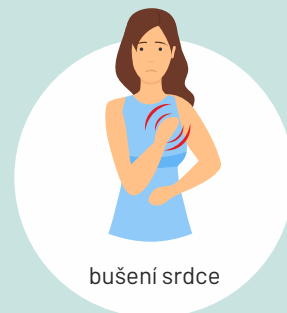
třes



pocení



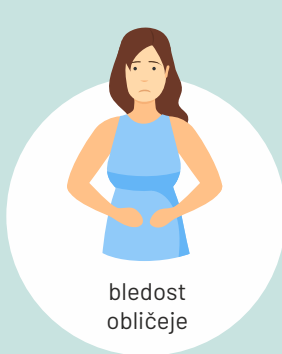
silný pocit
hladu



bušení srdce



zmatenost,
dezorientace



bledost
obličeje



poruchy řeči
nebo zraku



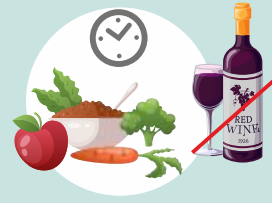
v nejtěžším případě
až křeče a ztráta
vědomí

Příčiny hypoglykemie

- vynechané jídlo nebo jídlo s nedostatkem cukrů a škrobů
- neobvykle namáhavá dlouhotrvající fyzická aktivita (turistika, jízda na kole, úklid domácnosti)
- příliš vysoká dávka inzulínu – špatně vypočítaná nebo podaná příliš dlouho před jídlem, popřípadě injekce podaná do svalu
- vliv některých antidiabetik
- konzumace alkoholu (snižuje hladinu cukru v krvi)
- pobyt v horkém prostředí (zvyšuje vstřebávání inzulínu)
- snížená potřeba inzulínu v počáteční fázi těhotenství nebo při výrazném snížení tělesné hmotnosti

Jak hypoglykemií předcházet

- dodržujte léčebný plán při diabetu
- pravidelně si kontrolujte hladinu cukru v krvi (glykemii)
- nevynechávejte jídla
- nekonzumujte příliš mnoho alkoholu ani nepijte alkohol bez jídla
- mějte vždy u sebe „pohotovostní sadu“ (jídlo či nápoj bohatý na cukr, nosní sprej/injekci s glukagonem, popřípadě inzulin)
- než usednete za volant, buďte najedeni, změřte si glykemii a mějte u sebe zdroj cukru
- zajistěte, aby vaši blízcí věděli, jak vám při hypoglykémii pomoci
- v případě opakovaných hypoglykemií se poraďte s lékařem o změně léčby či o přístroji pro monitorování glykemie



První pomoc při hypoglykémii

Možné příznaky:

třes, pocení, silný hlad, neklid, bledost, bušení srdce, zmatenost, popřípadě porucha vědomí. Hraniční hodnota hladiny cukru v krvi, při níž se objeví příznaky hypoglykemie, je u různých osob různá.

Nikdy nepodávejte inzulin, pokud je podezření na nízkou hladinu cukru v krvi!

