

ИНФЕКЦИИ, КОИТО ПОВИШАВАТ КРЪВНАТА ГЛЮКОЗА. НАЧИН НА ДЕЙСТВИЕ

1. Инфекциите, които протичат с повишена ТЕМПЕРАТУРА - грип, пневмония, остър отит, възпаления и други, ПОВИШАВАТ кръвната глюкоза.

Когато имате инфекция, особено ако тя е придружена от висока температура, секрецията на хормоните, особено глюкагон и кортизол се увеличава, което **ПОВИШАВА НИВОТО НА КРЪВНАТА ГЛЮКОЗА**. Това значително увеличава нуждата ви от инсулин. От друга страна по време на заболяване, хората по-рядко се хранят и повече почиват. Тези фактори се противопоставят един на друг. Ето защо, основното правило е да се опита първоначално да не се променя дозата на инсулина, въпреки намаляването на апетита и намаления прием на храна.

НАЧИН НА ДЕЙСТВИЕ:

1. Започнете с въвеждането на обичайната си доза инсулин.
2. Измервайте кръвната си глюкоза преди всяко хранене и коригирайте дозата инсулин при по-висока кръвна глюкоза преди хранене.

3. Ако нивото на кръвната ви глюкоза е над 10 ммол/л, можете да увеличите дозата инсулин преди хранене със:

- ако обичайната ви доза инсулин преди хранене е по-малка от 3 Единици, увеличете я с 1/2 (половин) единица наведнъж, докато стойностите станат по-добри
- ако обичайната ви доза инсулин преди хранене е между 3 Единици и 10 Единици, увеличете я с 1 (една) единица наведнъж, докато стойностите станат по-добри
- ако обичайната ви доза инсулин преди хранене е над 10 Единици, увеличете я с 2 (две) единици наведнъж, докато стойностите станат по-добри

4. Ако нивото на кръвната ви глюкоза се задържи над над 10 ммол/л - проверете урината и кръвта за кетони. При

поява на КЕТОНИ В КРЪВТА над 0,6 ммол/л - действайте според таблицата за интерпретация на кетони, от книгата на д-р Рагнар Ханас „ „Диабет тип 1 при деца, юноши и млади хора“:

Кетони ммол/л	Кръвна глюкоза			
	< 10 ммол /л < 180 мг/дл	10-14 ммол /л 180-250 мг/дл	14-22 ммол /л 250-400 мг/дл	> 22 ммол /л > 400 мг/дл
< 0.5	Не трябва да се безпокоите		Измерете отново след 1-2 часа.	
0.5 - 0.9	Измерете отново след 1-2 часа.	Може да се наложи инсулин допълнително например преди физически упражнения	Въведете 0.05 ЕД/кг.	Въведете 0.1ЕД/кг. Повторете при необходимост.
1.0 - 1.4	“Гладни кетони” Хапнете нещо богато на въглехидрати.	Хапнете и въведете 0.05ЕД/кг.	Въведете 0.1ЕД/кг.	Въведете 0.1ЕД/кг. Повторете при необходимост.
1.5 - 2.9	“Гладни кетони” Хапнете, после въведете инсулин, когато кръвната глюкоза се покачи.	Хапнете и въведете 0.1ЕД/кг.	Въведете допълнително инсулин (0.1ЕД/кг). Повторете дозата, ако кетоните не се понижат.	
3.0 и повече	Риск от развитие на кетоацидоза. Обърнете се към диабетическия център!			
	Съществува директен риск от развитие на кетоацидоза, ако нивото на кетоните е 3.0 ммол/л и повече - необходимо е незабавно лечение! Обърнете се към своя диабетичен център или бърза помощ.			

Контролирайте кетоните, когато кръвната глюкоза повторно е над 14 ммол/л и в дни, когато не сте здрави. Високата кръвна глюкоза и повишените кетони указват за недостатък на инсулина. “Гладните кетони” обикновено са под 3 ммол/л. За да въведждате инсулин допълнително, когато имате гадене или повръщане, трябва да се храните на малки порции и с течности съдържащи захар за поддържане на кръвната глюкоза. В такива ситуации винаги се свързвайте със своя диабетичен център. Ако нивото на кетони е повишено, на първо място по важност е допълнителното въвеждане на инсулин. Не се разстройвате ако вашата кръвна глюкоза не се понижава бързо, по-важно е нивото на кетоните да се понижава след като сте въвели допълнително инсулин. Нивото на кетоните може леко да се покачи в течение на първи час след въвеждането на инсулина, но след това трябва да започне да се понижава. Ако използвате инсулинова помпа, помнете, че допълнителния инсулин трябва да се въвежда с писалка.

- никога не надвишавайте дозата от 0,1 Е/кг тегло, заради риск от хипогликемия.
- пийте много течности, чай от шипка.
- ако започне повръщане и кръвната глюкоза не спада, ВЕДНАГА ОТИДЕТЕ В БОЛНИЦА - риск от кетоацидоза. При ВИСОКА КРЪВНА ГЛЮКОЗА, гаденето е признак, че организмът страда от недостиг на инсулин - начална кетоацидоза

При температура, по-висока от 38° С често се налага да се увеличи дозата инсулин с 25%. Понякога се налага увеличение на общата доза с 50%, ако температурата е над 39° С.

Намалявайте температурата с познатите за това средства - парацетамол, аналгин, нурофен, тайлол за диабетици.

Останете у дома, поне докато не се стабилизира нивата на кръвната ви глюкоза (две седмици).

Поемайте достатъчно течности, инсулин и храна, които обичате и ще изядете.

Ако използвате режим на двукратни инжекции, е трудно да реагирате на променената нужда от инсулин по време на заболяване. По-добре е временно да преминете на 4 или 5 инжекции на ден докато сте болни. Като алтернатива, могат да се прилагат допълнителни дози аналог на инсулина с ултрабързо действие при висока кръвна глюкоза.

По време на ремисия (меден месец), ако не се чувствате добре трябва значително да увеличите дозите инсулин. За децата обичайно е необходима обща доза инсулин за цялото денонощие до 1 Единица/кг/в денонощие, понякога повече, на възрастните - по-малко.

Повишената нужда от инсулин по време на заболяване (например, при настинка с висока температура) обикновено продължава няколко дни, но понякога може да продължи още една седмица след възстановяването. Това е следствие от високото кръвно глюкозно ниво, което от своя страна води до повишаване на инсулиновата резистентност .

Понякога има повишена нужда от инсулин и по време на инкубационния период, който протича няколко дни преди началото на заболяването.

Важно е да се дават много течности на детето с диабет и висока температура, особено ако има и висока кръвна глюкоза (> 12-15 ммол/л), тъй като това причинява често уриниране. Рискът от дехидратация се повишава рязко, ако детето има повръщане или диария.

Ако детето не иска да яде редовно, опитайте се да го убедите да изяде обичайното количество въглехидрати - предлагайте продукти, които детето харесва, например сладки кремчета, плодове или сокове.