

Regulování hladin krevního cukru

U osob s diabetem 1. typu (T1D) je regulování krevního cukru nepřetržitá práce. Protože hladiny krevního cukru ovlivňuje tolik různých faktorů, může být dost náročné jej udržovat v potřebných mezích!

Faktory, které mohou zvyšovat krevní cukr:

- Stres nebo nemoc
- Hormony
- Příliš mnoho sacharidů ve stravě
- Vzrušení
- Užití nedostatečného množství inzulínu
- Nečinnost

Faktory, které mohou snižovat krevní cukr:

- Vynechání jídel nebo snědení nedostatečného množství jídla
- Užití příliš velkého množství inzulínu
- Horké a vlhké počasí
- Hormony
- Cvičení

Když máte příliš vysoký krevní cukr (**hyperglykémii**) nebo příliš nízký krevní cukr (**hypoglykémii**), může to způsobit problémy. Hladiny krevního cukru, které dlouhodobě zůstávají vysoké, mohou ovlivňovat Vaše oči, srdce, ledviny a nervový systém, což v budoucnu vede ke zdravotním potížím.

Jak zjistit a léčit hypoglykémii

Vznik nízké hladiny krevního cukru (méně než 70 mg/dl) může nastat rychle a může vyžadovat okamžitou pozornost.

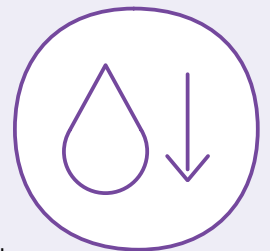
Příznaky hypoglykémie jsou různé a nejsou vždy zjevné. Někteří lidé je ani nemusejí zaznamenat. Proto je důležité si pravidelně kontrolovat krevní cukr.

Pokud zjistíte, že máte nízký krevní cukr, okamžitě jej upravte 15 gramy rychle působících sacharidů, například džusem, glukózou v tabletách nebo tvrdým bonbónem. Zkontrolujte si krevní cukr za 15 minut, abyste viděl/a, jestli se vrátil do správného rozmezí.

- Pokud ne, upravte jej dalšími rychle působícími sacharidy.
- Pokud máte po ruce jídlo nebo svačinu, snězte jej, aby bylo jisté, že cukr znovu nepoklesne.

Můžete pocítit:

- Pocení
- Třes
- Slabost
- Hlad
- Závratě
- Zmatenost
- Nervozitu
- Rozmrzelost



Závažná hypoglykémie může způsobit, že upadnete, omdlíte, nebo dostanete záchvat. Vždy s sebou noste pohotovostní glukagon, injekční nebo inhalační lék, který pomáhá rychle zvýšit hladiny krevního cukru. V případě závažné hypoglykémie by Vám ho podala jiná osoba (přítel, příbuzný, spolupracovník nebo učitel). Pokud omdlíte a nebudete mít glukagon, nebo pokud Váš krevní cukr nebude odpovídat na léčbu, je třeba volat na tísňové číslo.

Chcete-li více informací o zjištění a regulaci hypoglykémie, promluvte si se svým lékařem.

Pokud chcete získat více informací o klinickém hodnocení FABULINUS, zeptejte se zkoušejícího lékaře.

Děkujeme Vám za všechno, co děláte v tomto klinickém hodnocení!