

مددجوی گرامی این برگه آموزشی، حاوی نکاتی جهت افزایش آگاهی شما در رابطه با قند خون بالا و پایین در دیابت می باشد. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شد، هر چه سریعتر سلامتی خود را بازیابید.

قند خون بالا (هایپرگلیسمی) چیست؟ قند خون بالا یا هایپرگلیسمی وضعیتی است که میزان قند خون از حد مجاز آن بالاتر است و معمولاً نشان دهنده درمان نکردن و یا درمان ناقص بیماری دیابت است. قند خون بالا در بیشتر مواقع مشکل فوریت داری نیست اما اگر قند خون به میزان زیاد و یا مدت طولانی بالا باشد، منجر به عوارض زیادی برای بیمار شده و یا ممکن است به سمت کتواسیدوز دیابتی پیش رفته و بیمار به کما برود. قندخون بالا (هایپرگلیسمی) چه عالیمی دارد؟

* خستگی زیاد

* خشکی دهان و تشنگی بیش از حد

* ضعف عضلانی و بیحالی

• تهوع

• تاری دید

• اضطراب

چه عواملی باعث افزایش قند خون

(هایپرگلیسمی) میشود؟

- ۱- فراموش کردن تزریق انسولین یا مصرف داروی خوراکی
- ۲ مصرف زیاد مواد قندی (کربوهیدرات)، غذا و یا دریافت کالری بیشتر از نیاز بدن
- ۳- عفونتها، بیماریها و استرس
- ۴- کاهش فعالیت جسمی و ورزش
- ۵- برخی دارو ها

قند خون بالا (هایپرگلیسمی) چه زمانی

نیاز به درمان فوری پزشکی دارد؟

چنانچه همراه با قند خون بالا هریک از علائم زیر را دارید باید به دنبال درمانهای پزشکی باشید:

* شکم درد یا معده درد

* تنفس سریع و تند

* نشانه های کم آبی (مانند سردرد، پوست

خشک)

* ضربان قلب سریع و ضعیف

* مشکلات خواب

قند خون پایین (هایپوگلیسمی) چیست؟

افت شدید قند خون در بیمارانی اتفاق میافتد که تحت درمان با انسولین یا داروهای درمان دیابت میباشند.

نشانه های افت قند خون چیست؟

- لرز
- سردرد و سرگیجه
- ضعف و عرق سرد
- گرسنگی شدید
- عصبانیت، بیقراری و تحریک پذیری
- مشکل در تمرکز یا خواب آلودگی
- تپس قلب
- مور مور شدن اطراف لبها و انگشتان
- توهم، تاری دید و دوبینی
- مشکل در راه رفتن
- تشنج، از دست دادن هوشیاری و کما

افت قند خون به چه علت اتفاق میافتد؟

- افزایش فعالیت روزانه بدون دریافت کالری مناسب
- تزریق بیش از حد انسولین یا مصرف زیاد قرصهای ضد دیابت
- عدم مصرف وعده اصلی غذا یا میان وعده
- فاصله زیاد بین مصرف غذا و تزریق انسولین