

Düşük kan şekeri Hipoglisemi

Hipoglisemi nedir?

Hipoglisemi kan şekerinin 60mg/dl (3,3 mmol/l) değerinin altına düşmesini ifade etmektedir. Hipoglisemi insülin terapisi veya kan şekerini düşüren haplar ile tedavi sırasında meydana gelebilir.

(Kaynak: Labor und Diagnose (Laboratuvar ve Teşhis), Thomas, 2000)

Kanda neden glukoz var?

Glukoz vücudun enerji kaynağıdır ve tüm vücut hücrelerinin fonksiyonlarını ayakta tutan esas sorumludur. Beyin hücreleri neredeyse sadece glukoz kullanabildiği için, özellikle düşük kan şekeri durumlarından son derece zarar görürler ve sonucundan ağır bozukluklar meydana gelebilir.

Vücutta neler oluyor?

Glukoz azaldığında ve beyin hücreleri artık optimum derecede beslenemediğinde, olası tehlike durumuna karşı korunmak için bir dizi mekanizma etkinleştirilir. Öncelikle karaciğerde depolanan geriye kalan şeker rezervlerini harekete geçirmek için çok sayıda hormon salgılanır. Glukoz düzeyi daha da düşerse, ciddi bedensel reaksiyonlar, davranışta değişiklikler, aynı zamanda sinir sistemi fonksiyonlarında bozukluklar beklenmelidir.

Düşük kan şekeri işaretleri:

- Soluk ten & titreme
- Terleme
- Kas gevşekliği ("tutmayan dizler")
- Kalp çarpıntısı
- Açlık hissi
- Yorgunluk
- Davranışlarda değişiklik
- Konuşma ve görme bozuklukları
- Zihinsel karışıklıktan bilinç kaybına kadar

Düşük kan şekeri başlangıcı duruma ve hastaya göre son derece bireysel olarak ortaya çıkmaktadır. Diyabet hastası düzenli kan şekeri kontrolüyle tehlikeli durumları daha iyi ve erken tespit etmeyi öğrenebilir.

Düşük kan şekerinin nedenleri

Kan şekeri düzeyinin aşırı düşmesinin nedenleri:

- Çok yüksek dozda insülin veya kan şekerini düşüren ilaçlar
- Karbonhidratların vücuda yetersiz veya çok geç verilmesi
- İlaçlarda gerekli uyarılama yapılmadan aşırı bedensel efor
- Aşırı alkol tüketimi

Düşük kan şekerinin tedavisi

Düşük kan şekerinin ilk belirtileri bile derhal tedavi edilmelidir.

Hafif hipoglisemi

- Hızlı bir şekilde (light içecek olmayan) bir bardak (150ml) şeker içeren bir içecek veya sıvı ya da dekstroz şeker tüketin. Semptomlarda normalde 10 dakika içinde iyileşme görülür.
- Ancak bundan sonra kan şekeri düzeyini kontrol edin.



Ağır hipoglisemi

- Düşük kan şekeri daha ağırsa, diyabet hastası kendine artık yardım edemiyorsa ve bilinç kaybı tehlikesi varsa, hastaya gıda maddeleri vermeye çalışılmamalıdır. Bu durumda glukagon içeren hazır bir preparatın deri altına veya damar içine enjekte edilmesi mutlaka gereklidir. Glukagon vücudun şeker rezervlerini 5-10 dakikada harekete geçirir. Durum düzeldikten sonra yine karbonhidrat alınmalıdır.
- Ağır hipoglisemi durumunda her halükarda tıbbi desteğe başvurulmalıdır.

Dikkat!

Alkol nedenli hipoglisemide glukagon çoğu zaman etki etmez.

Önleyici tedbirler

- İlaç dozunun gerçek ihtiyaçlara uyarlanması
- Düzenli öğünler
- Sıra dışı bedensel efordan önce ölçülü miktarlarda karbonhidrat tüketimi

Unutmayın

- Yanınızda, örneğin sıvı şeker gibi kolay alınabilir karbonhidratlar bulundurmanız şarttır.
- Araç kullanırken ve ekstrem sporlar sırasında kan şekerinin düşme tehlikesi artar. Bu nedenle kan şekeri düzeyi daha sık kontrol etmelisiniz.

Hafif bir kan şekeri düşüşü normalde kolay tedavi edilebilir. Yine de diyabet hastaları bunu mümkün oldukça önlemelidir. Ağır bir kan şekeri düşüşü beyni de etkiler ve tehlikelidir. Ağır kan şekeri düşüşleri her halükarda önlenmelidir.

Not:

Bu broşürdeki bilgiler tıp uzmanlarının tavsiyelerini tamamlayıcı niteliktedir. Hiçbir şekilde o tavsiyelerin yerine geçmez.

Bizi internette ziyaret edin:

www.glucomen.at

veya Diyabet Hizmet Hattımızı arayın:

01/230 85 10

A. Menarini GmbH
1120 Wien, Pottendorfer Strasse 25-27
E-mail: office@menarini-diagnostics.at