

Què és la Diabetis?

La diabetis és una malaltia crònica que es caracteritza per un augment dels nivells de GLUCOSA (sucre) a la sang.

La INSULINA és una substància (HORMONA) fabricada pel pàncrees, necessària perquè la GLUCOSA passi de la sang a les cèl·lules, i així pugui ser utilitzada com a font d'energia.

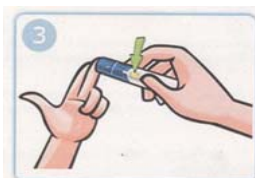
Quan el cos no fabrica insulina o fabrica poca, augmenta la quantitat de glucosa (sucre) a la sang.

És important administrar al cos la insulina necessària.

PASSOS PER REALITZAR EL CONTROL DE GLUCÈMIA



- Renti's les mans amb aigua i sabó. Prepari tot el necessari per a realitzar el control: Glucometer, tires reactives, aparell per fer la punxada. Miri la caducitat de les tires reactives, si estan caducades tiri-les.
- Posi la tira al glucòmetre i esperi que estigui preparat.



- Faci un massatge al dit escollit i premi el costat.
- Posi una gota de sang a la tira i esperi el resultat.
- Anoti el resultat a la llibreta.

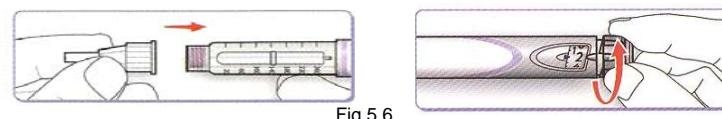
Important:

- El seu metge o la infermera li indicaran la freqüència dels controls.
- Porti la llibreta de controls i el glucòmetre a les visites amb el metge o la infermera.

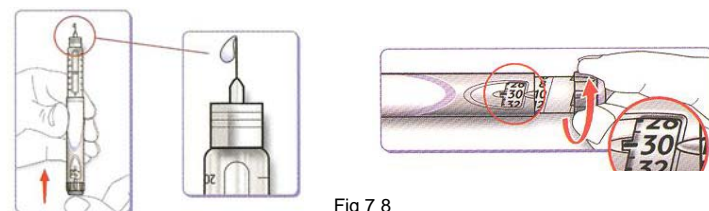
ADMINISTRACIÓ I CONSERVACIÓ DE LA INSULINA

Tècnica d'administració de la insulina:
Abans de començar comprovi el tipus d'insulina

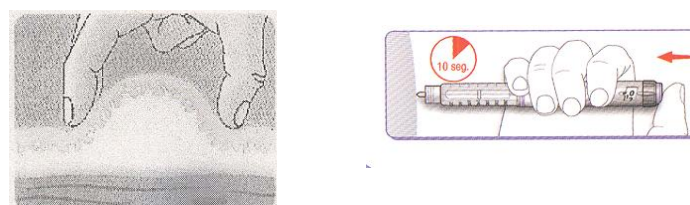
- Renti's les mans i la zona de la punció



- Col·loqui l'agulla al bolígraf i marqui dues o tres unitats Fig.5,6



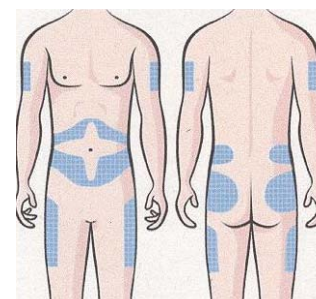
- Tregui el tap, comprovi que surt la insulina Fig 7
- Seleccioni la dosi d'insulina Fig 8



- Agafi un pessic. Fig 9
- Punxi recte, empenyent el botó fins que no pugui més. Fig.10
- Sense treure l'agulla empenyent el botó i compti fins a 10.
- Trequi l'agulla de la pell.

Zones d'administració de la insulina

És aconsellable alternar la zona de punció de manera rotatòria



Conservació de la insulina

- La insulina es ven en caixes de cinc bolígrafs.
- Els bolígrafs s'han de guardar a la porta de la nevera.
- El bolígraf que s'està utilitzant no cal que el guardi a la nevera si ha d'evitar la llum del sol.
- No s'injecti la insulina directa de la nevera, esperi entre 30 o 45 minuts.
- Comprovi sempre la caducitat de la insulina.

HIPOGLUCÈMIA

És la baixada brusca de la quantitat de sucre, el nivell de glucèmia està per **sota 60mg/dl**

Símptomes: sensació de fam, tremolors, dolor abdominal, sudoració freda.



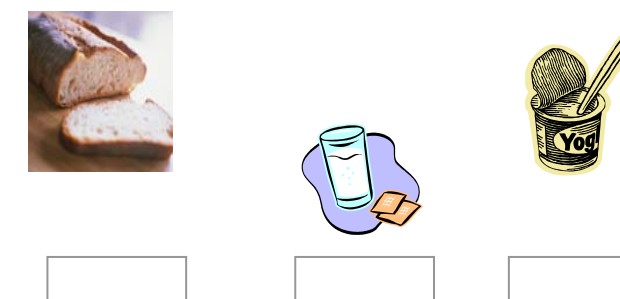
1. Ha de prendre ràpidament hidrats de carboni d'absorció ràpida.



2. Ha d'esperar de 10-15 minuts.
3. Ha de fer un nou control de glucosa.



⇒ Si s'ha normalitzat ha de prendre hidrats de carboni d'absorció lenta



⇒ Si la glucèmia segueix baixa, ha de repetir els passos 1.2.3

Repeteixi els passos si apareixen els mateixos símptomes i no disposa d'aparell mesurador.

SI PERSISTEIXEN ELS SÍMPTOMES VAGI AL CENTRE DE SALUT MÉS PROXIM.

RECOMANACIONS

- Porti sempre aliments o begudes per prevenir o tractar la hipoglucèmia.
- Porti sempre amb vostè un carnet identificatiu de diabètic i tipus de tractament.
- No condueixi si es nota símptomes d'hipoglucèmia. Aturi's, prengui sucre o similars i no condueixi fins que s'hagi recuperat.
- No prengui alcohol, bloqueja les defenses naturals que té l'organisme per recuperar una hipoglucèmia.