

В чем опасность гипогликемии для больного СД?

Гипогликемия - это снижение глюкозы крови ниже 2,9 ммоль/л. Низкий сахар очень опасен для всего организма, но в первую очередь страдает нервная система.

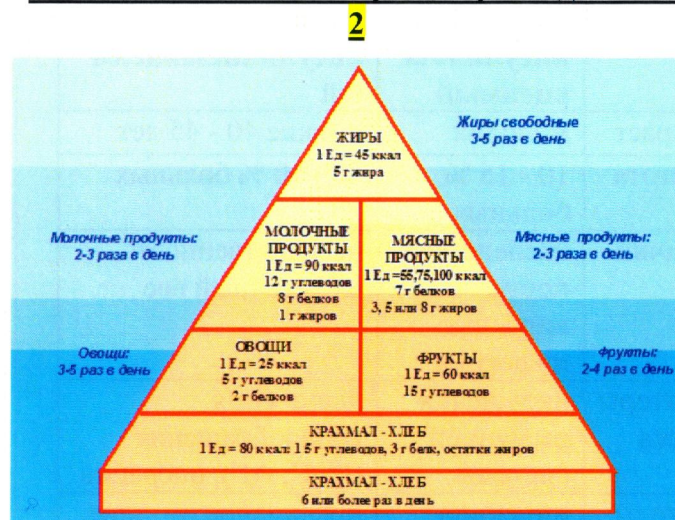
Симптомы	Что происходит и почему
острое чувство голода, резкая слабость	недостаток энергии в клетках
резкая потливость, преимущественно в верхней части тела	клетки стараются избавиться от лишней жидкости, сгустить кровь
внутренняя дрожь, дрожь в конечностях, учащенное сердцебиение	за счет выброса гормонов стресса сосуды сужаются, мышечные волокна сокращаются непроизвольно, ускоряется кровоток
бледность кожи	происходит отток крови от периферических тканей
головная боль, головокружение, парестезии вокруг рта, ухудшение зрения	недостаток питания для нервных клеток, головного мозга
раздражительность, дезориентация, агрессивность или эйфория	нарушение деятельности головного мозга, что ведет к проявлению подсознательных реакций

Как себе помочь при снижении сахара?

Всегда носить с собой сахар - это быстроусвояемый углевод, и он сразу нормализует уровень сахара крови (3-4 куса сахара-рафинада - это составит 2 хлебных единицы (ХЕ)).

!Имейте при себе карточку диабетика. Расскажите родственникам и коллегам о возможных осложнениях гипогликемии (понижение сахара). Избегайте вождения машины, пока Вы не будете уверены в адекватности инсулинотерапии. Будьте особо осторожны с алкоголем.

Особенности питания при сахарном диабете?



МБУЗ «Городской центр медицинской профилактики» города Ставрополя, Кафедра организации здравоохранения, экономики и социальной работы СтГМУ, тел./факс: 38-38-94

Авторы: д.м.н. Амлаев К. Р.
Хорошилова Е. Ю.
Койчуева С.М.
Белоха В. А.

Азбука пациента

3



Сахарный диабет

4

