



# Wskazówki, do których należy się stosować podczas choroby, dla osób chorych na cukrzycę typu 1



Źle się czujesz?

Sprawdź poziom glukozy we krwi i ketonów.

Poziom ketonów **poniżej 1,5 mmol/L lub dokładnie tyle** lub negatywny wynik z badania moczu.

Poziom ketonów **powyżej 1,5 mmol/L** lub pozytywny wynik z badania moczu.

**W żadnym wypadku nie przestawaj brać swojej insuliny długodziałającej**  
**Nie odwodnij się:** Popijaj małymi łyżkami płyny nie zawierające cukru, wypijaj co najmniej 100 ml na godzinę, mając na celu wypicie 2,5 do 3 litrów dziennie.  
Jeśli nie jesteś w stanie jeść, popijaj płyny zawierające węglowodany (np. soki owocowe).

## LEKKA choroba

Testuj poziom glukozy we krwi i ketonów co najmniej co 4-6 godzin.

Nadal bierz swoją zwykłą dawkę insuliny szybko działającej z posiłkami.

Nadal bierz swoją zwykłą dawkę insuliny długodziałającej.

Jeśli choroba trwa dłużej niż jeden dzień, a Twój poziom glukozy we krwi jest powyżej poziomu docelowego, rozważ zwiększenie dawki swojej insuliny długodziałającej o 1-2 jednostki.

Jeśli Twój poziom glukozy we krwi jest podwyższony, rozważ branie dodatkowej dawki insuliny szybko działającej ze swoimi posiłkami jako dawki korekcyjnej, omów to ze swoim zespołem ds. cukrzycy, jeśli to dla Ciebie coś nowego.

**Pamiętaj:** Zawsze odczekaj co najmniej 2 godziny pomiędzy zastrzykami szybko działającej insuliny (branej podczas posiłków lub jako dawka korekcyjna), chyba że Twój zespół ds. cukrzycy doradzi Ci coś innego.

## POWAŻNA choroba

Testuj poziom glukozy we krwi i ketonów co 2 godziny. Wylicz całkowitą dzienną dawkę na podstawie poprzedniego dnia. Skontaktuj się ze swoim zespołem ds. cukrzycy lub udaj się na pogotowie, jeśli zajdzie taka potrzeba.

Poziom ketonów we krwi 1,6-2,9 mmol/L lub w moczu +/++

Skontaktuj się ze swoim zespołem ds. cukrzycy lub wydziałem pomocy całodobowej.

**Dodatkowa dawka insuliny:** Podaj 10% całkowitej dziennej dawki jako insuliny szybko działającą.

Sprawdzaj poziom glukozy we krwi i ketonów co 2 godziny i powtarzaj powyższe kroki, aż poziom ketonów spadnie do poniżej 1,5mmol/L.

Nadal bierz swoją zwykłą dawkę insuliny szybko działającej z posiłkami. Jeśli Twój poziom glukozy we krwi jest podwyższony, rozważ branie dodatkowej dawki insuliny szybko działającej ze swoimi posiłkami jako dawki korekcyjnej, (omów to ze swoim zespołem ds. cukrzycy, jeśli to dla Ciebie coś nowego).

Poziom ketonów we krwi powyżej 3,0 mmol/L lub w moczu +++/++++

**Natychmiast udaj się na pogotowie lub skontaktuj się ze swoim zespołem ds. cukrzycy lub służbami ratunkowymi.**

**Dodatkowa dawka insuliny:** Podaj 20% całkowitej dziennej dawki jako insuliny szybko działającą.

Jeśli coś jest niejasne, skontaktuj się ze swoim zespołem ds. cukrzycy.

**Jeśli ciągle wymiotujesz i nie jesteś w stanie utrzymać w żołądku płynów lub nie jesteś w stanie kontrolować swojego poziomu glukozy we krwi lub poziomu ketonów, musisz się skontaktować ze swoim lekarzem dyżurnym, lub udać się do szpitala jako nagły przypadek.**