



## INSULIINIHOITO SAIRAUSPÄIVIEN AIKANA

Kuume ja tulehdukset lisäävät insuliinin tarvetta, jolloin verensokeri nousee. Sairastumisen aikana verensokerin mittaamisen lisäksi virtsan happojen (ketoaineiden) seuraaminen antaa tietoa siitä, tarvitsetko insuliinia tavallista enemmän. *Happojen ilmaantuminen virtsaan on merkki siitä, että sekä insuliinia, että nestettä tarvitaan lisää.*

### KUN SAIRASTUT:

- Mittaa verensokeria tavallista tiheämmin.
- Kun verensokeri on yli 10 mmol/l, ota ateriainsuliinin lisäannoksia sinua hoitavan lääkärin ohjeiden mukaan.
- Nauti nesteitä riittävästi.
- Kuumeisena lepää ja vältä räsitusta.

**Jos olosi on hyvin heikko ja sinulla on ketoaineita tai verensokeri on yli 15 mmol/l, ota heti yhteyttä päivystävään terveysasemaan tai sairaalaan.**

### VATSATAUDIN YHTEYDESSÄ:

Oksennus- ja ripulitaudissa hiilihydraattien imeytyminen häiriintyy, ja *verensokeri saattaa laskea liian alas.*

- Mittaa verensokeria tiheästi ja toimi saadun tuloksen mukaan.
- Perusinsuliinia on aina oltava elimistössä, tästä syystä sitä pistetävä joka tapauksessa. Sen määrää voi vähentää 20 – 30 %.
- Ateriainsuliinin voi jättää kokonaan pois, jos verensokerin taso on 4–6 mmol/l.
- Pyri nauttimaan huonosta olostu huolimatta hiilihydraatteja vähintään 150 grammaan vuorokaudessa.

Ohjeiden tekemiseen lähteenä käytetty Diabetesliiton materiaalia.



## ЛЕЧЕНИЕ ИНСУЛИНОМ ВО ВРЕМЯ БОЛЕЗНИ

Воспалительные заболевания и температура увеличивают потребность организма в инсулине, из-за чего уровень сахара в крови повышается. Самостоятельные измерения количества кислот в моче и количество сахара в крови позволяет определить недостаток инсулина во время болезни. *Появление кислоты в моче признак того, что инсулина и жидкости требуется больше.*

### ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ:

- Измеряйте уровень сахара в крови чаще, чем обычно.
- Если уровень сахара в крови превышает 10 ммоль/л, увеличьте количество инсулина, принимаемого во время еды, согласно назначению вашего лечащего врача.
- Пейте достаточно жидкости.
- При температуре отдыхайте и избегайте физической нагрузки.

**Если у вас сильная слабость, и при этом в моче появились кислоты или уровень сахара в крови более 15 ммоль/л, немедленно обратитесь/позвоните в дежурную поликлинику или в больницу.**

### ПРИ РВОТЕ И РАССТРОЙСТВЕ КИШЕЧНИКА:

При рвоте и расстройстве кишечника поглощение углеводов нарушается, и уровень сахара в крови может упасть слишком низко.

- Измеряйте уровень сахара в крови чаще, чем обычно и действуйте в соответствии с полученным результатом.
- Основной инсулин (инсулин длительного действия) должен содержаться в организме всегда, поэтому его необходимо вводить в любом случае. Количество вводимого инсулина можно уменьшить на 20 – 30 %.
- Инсулин ”при еде” можно не вводить.
- Несмотря на плохое самочувствие, постарайтесь, получить с едой или питьем не менее 150 граммов углеводов в день.

При создании данного руководства использовался материал Союза Диабетиков Финляндии.