

Гипогликемия – понижение сахара в крови (ниже 3,3 ммоль/л), может привести к гипогликемической коме.

Причины:

- передозировка сахароснижающего препарата;
- пропуск еды или меньшее количество углеводов (хлебных единиц) в приеме пищи, большой интервал между инъекцией инсулина и едой;
- большая по сравнению с обычной физическая активность (особенно спортивная);
- прием алкоголя.

Признаки гипогликемии:

1 Фаза - чувство голода. Очень важно в этот момент с помощью тест-полосок зафиксировать уровень гликемии. Если сахар крови менее 4 ммоль/л, необходимо принять легкоусвояемые углеводы в количестве 2ХЕ (20 г).

2 Фаза - потливость, слабость, “дрожь во всём теле”. На этой стадии совершенно необходимо купировать гипогликемию, иначе наступит гипогликемическая кома.

Для купирования 2 фазы применяются легкоусвояемые углеводы в количестве 2ХЕ двукратно (лучше принимать углеводы в жидком виде: сахаросодержащий напиток 200мл, 5-6 кусочков сахара, 20 г глюкозы). При улучшении самочувствия через 10 минут принять 2ХЕ медленно усвояемых углеводов (молоко, хлеб, яблоко и т. п.). При неэффективности проводимых мероприятий в домашних условиях может быть введён 1мл глюкагона, но ввиду того, что препарат дорогостоящий, он не у всех больных имеется в наличии.

3 Фаза - гипогликемическая кома - из которой больного можно вывести внутривенным введением 40% раствора глюкозы. Не следует никогда дожидаться, пока организм использует свои резервы (за счёт распада гликогена в печени), нужно не медлить и помочь ему в купировании гипогликемии.

Введение инсулина соответственно назначению врача, а также правильное распределение и своевременный приём богатой углеводами пищи в течение дня предупреждают возникновение гипогликемической комы. Кстати, гипогликемическую кому (естественно, под строжайшим врачебным контролем) иногда используют при лечении некоторых психических заболеваний.