



Roche

Komplikácie cukrovky: Hyperglykémia

ACCU-CHEK®



Hyperglykémia

Neliečená alebo nedostatočne liečená cukrovka môže diabetikom spôsobiť rôzne akútne, a/alebo chronické komplikácie. Patrí k nim aj **hyperglykémia, t.j. vysoká hladina glukózy (cukru) v krvi v dôsledku nedostatočného množstva inzulínu a/alebo jeho nedostatočného účinku na spracovanie glukózy.**

Vysoká koncentrácia glukózy v krvi poškodzuje citlivé štruktúry cievnej steny, spojivového tkaniva, ovplyvňuje rozvoj poškodenia poznávacích a zmyslových procesov v mozgu, a v konečnom dôsledku má na svedomí všetky chronické komplikácie diabetu – poškodenie očí, obličiek, nervov, srdca a aj obávanú diabetickú nohu.

Normálne hodnoty glykémie sú u zdravého človeka nalačno do 5,5 mmol/l a po jedle do 7,8 mmol/l. U diabetika nalačno do 7 a po jedle nie viac ako 8,5–9 mmol/l. Cieľové hodnoty sú však individuálne. **O hyperglykémii spravidla hovoríme pri hodnotách nad 11 mmol/l.**

Je prirodzené, že hodnoty glykémie v organizme kolíšu v priebehu dňa, keďže však pri diabetes mellitus je regulácia cukru narušená, **častým meraním hodnôt glykémie môžeme včas odhaliť hodnoty mimo cieľového rozmedzia. Pokiaľ zistíte, že hladina Vášho krvného cukru je príliš vysoká, kontaktujte svojho ošetrojúceho lekára.**

Príznaky hyperglykémie sú individuálne, môžu trvať aj 2-3 dni, alebo môžu byť veľmi nevýrazné alebo zosilnené inými príčinami. Z týchto dôvodov majú niekedy ľudia tendenciu ignorovať varovné príznaky.

Možné príznaky hyperglykémie sú:

- časté močenie (od určitej hladiny glykémie, cca 10-12 mmol/l)
- pocit extrémneho smädu (v prípade, že dotyčný/á nevpije dostatočné množstvo tekutín alebo ak začne aj vracaať, dochádza k rýchlej dehydratácii)
- nechutenstvo, rozladenosť
- slabosť, malátnosť, únava
- bolesti brucha (tzv. pseudoperitonitída) a hlavy
- sťažené dýchanie odborne označované Kussmaulovo dýchanie
- časté pitie, aj viac ako 5 litrov
- dezorientácia, apatia alebo agresia
- z dychu je cítiť acetón
- poruchy videnia a vnímania
- svrbenie kože
- znížený tlak krvi
- červené sfarbenie v tvári

Pozor! Hyperglykémia u detí často veľmi rýchle (v priebehu pár hodín, na rozdiel od dospelých) prechádza z normálneho stavu cez nešpecifické príznaky únavy a letargie do hlbokého bezvedomia a to aj pri prvozáchyte diabetu.

Pri vysokej hladine glykémie vám hrozia závažné problémy, preto je veľmi dôležité venovať zvýšenú pozornosť varovným signálom.

Avšak predtým než budete hľadať príčiny hyperglykémie, treba odstrániť hypoglykémii. Napr. pri hyperglykémii nalačno – nemôžeme zvýšiť dávku bazálneho inzulínu, pokiaľ najprv nevyľúčime hypoglykémii v noci (nevedomenie si!!). Nutné je skontrolovať glykémii medzi 2. a 3. hodinou v noci glukomerom.

Príčiny hyperglykémie

1. nízka dávka inzulínu alebo jej vynechanie
2. nesprávne podaný inzulín, napríklad povrchovým vpichom, krátke podržanie ihly v podkoží – vytečenie inzulínu
3. zlé vstrebávanie inzulínu, keď ho aplikujete do nevhodných miest, do opuchu či zatvrdnutej oblasti alebo hematómu (modriny)
4. zlá technika pichania inzulínu, nestriedanie miest, pravidelné nevymieňanie ihly

5. znížená účinnosť inzulínu (napr. po skladovaní inzulínu v chladnom alebo horúcom prostredí) spôsobená jeho denaturáciou
6. exspirovaný inzulín
7. strach, nechutenstvo alebo príjem nevhodnej stravy
8. chybné načasovanie podania inzulínu vzhľadom na jedlo (správne 30 min. pri klasických inzulínoch, 15 min. pred až 15 min. po jedle pri prandiálnych analógoch)
9. zmenený pravidelný denný režim – menej pohybu, viac oddychu pri rovnakom príjme jedla a k tomu totožná dávka inzulínu ako pri fyzickej aktivite,
10. stres - telo produkuje stresové hormóny, ktoré pôsobia opačne ako inzulín
11. terapia niektorými liekmi, napr. kortikoidmi, vedie k zvýšeniu hmotnosti, a tým pádom necitlivosti na inzulín
12. infekcia alebo choroba
13. tehotenstvo

V prípade, že si vyššiu glykémiu nameriate častejšie, je dôležité, aby ste odhalili a následne odstránili jej príčinu.

K akútnym stavom, ktoré sú spôsobené vysokou hodnotou krvného cukru (akútne hyperglykemické stavy) zaraďujeme:

1. diabetickú ketoacidózu aj jej najťažšie štádium – diabetické bezvedomie (kóma)
2. hyperglykemický hyperosmolárny neketotický stav – je akútnou komplikáciou predovšetkým u starších diabetikov 2. typu.

Zásady prevencie diabetickej ketoacidózy pri sprievodnom ochorení (napr. infekcie močových alebo dýchacích ciest, viróza, úraz, poruchy trávenia, dyspepsie):

- nikdy neprerušovať podávanie inzulínu, ak ide o diabetika 1. typu, aj pri zníženom príjme potravy
- snažte sa zachovať obvyklý príjem cukrov (tekutá strava: šťavy, vývary)
- potreba inzulínu je najmenej o 1/3 vyššia než obvyčajne (následkom zvýšeného vylučovania stresových hormónov, ktoré pôsobia opačne ako inzulín)
- treba sa brániť hladovaniu, odvodneniu (dehydratácii)
- dôležitá je aj liečba sprievodných ochorení (napr. podávanie antibiotík, liekov na zníženie teploty - antipyretík)



- nutná je konzultácia u svojho diabetológa (ak je vyššia hodnota glykémie s prítomnosťou ketolátok v moči viac ako 24 hodín).

Pri vzniku HHNS (hyperglykemický hyperosmolárny neketotický stav) sa uplatňuje relatívny nedostatok inzulínu a zvýšená produkcia opačne k inzulínu pôsobiacich (kontraregulačných) hormónov. Nie je prítomné oxyslenie organizmu.

Hlavné zásady prevencie HHNS

- Aktívne vyhľadávanie porúch glukózového metabolizmu u starších osôb (stanovenie glykémie)
- Všeobecne rozumná medikamentózna liečba u starších pacientov
- Zavodnenie organizmu (rehydratácia)

Liečba ketoacidózy

So svojím lekárom alebo zdravotnou sestrou prediskutujte, kedy je nutné ošetrovanie v zdravotníckom zariadení.

Pri glykémii nad 14 mmol/l a súčasnej prítomnosti ketolátok v moči alebo krvi je väčšinou nutná hospitalizácia s infúznym podávaním inzulínu.

Cieľom je dosiahnutie hodnoty glykémie pod 11 mmol/l.

V prípade, že si sami nie ste istý, ako situáciu zvládnuť, kontaktujte Vášho lekára alebo záchranú službu.

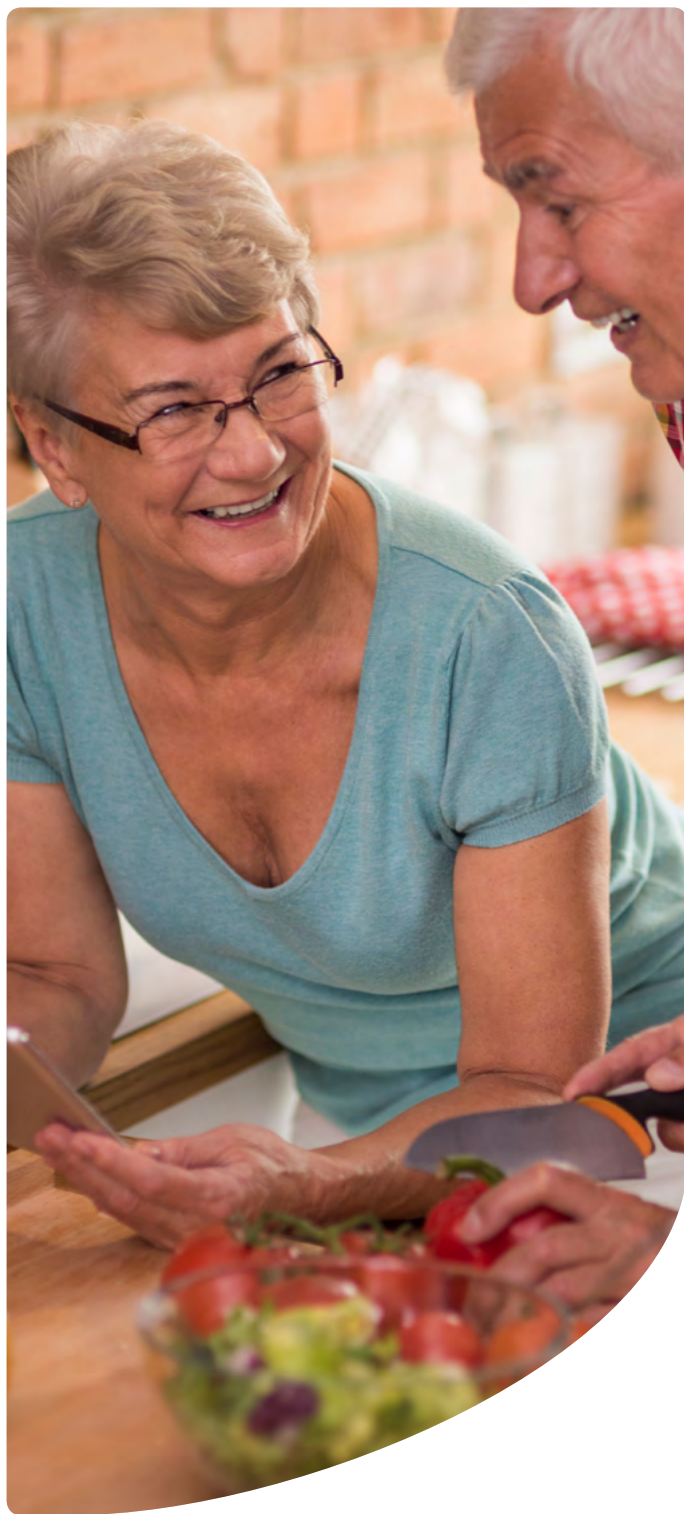
Ako dosiahnuť a dlhodobo zabezpečiť optimálnu kompenzáciu diabetu?

1. Primerane sa stravujte a prispôbajte spôsob liečby Vaším stravovacím zvyklostiam v spolupráci s Vaším ošetrovujúcim diabetológom.
2. Poznajzte potraviny a ich vplyv na glykémiu.
3. Rozoznávajte sacharidové potraviny.
4. Naučte sa počítať sacharidové jednotky (SJ) v jedle.
5. Pravidelne si merajte svoje hodnoty glykémie. Frekvenciu merania skonzultujte so svojím diabetológom.

Hyperglykémiu sprevádzajú mnohé príznaky, ktoré často pripisujeme počasiu, únave alebo stresu. V skutočnosti telo vydáva signály, že niečo nie je v poriadku.

Pred použitím odporúčaní z internetu pre liečbu hyperglykémie si ich najprv prejdite so svojím diabetológom.

Pri vysokej hladine cukru v krvi (hyperglykémii) treba sprísniť diétu, pridať na pohybovej aktivite, prípadne upraviť liečbu DM alebo v núdzi podať inzulín.





Roche

Vedeli ste, že...

- ✓ Hyperglykémia nebolí?
- ✓ Hyperglykémia spôsobuje chronické komplikácie diabetu?
- ✓ Zdravá strava a pohyb prispieva k dobrej kompenzácii diabetu bez hyperglykémie?

Spoločnosť Roche Diabetes Care sa snaží a bude sa naďalej usilovať o to, aby v jej publikáciách boli obsiahnuté vždy presné a aktuálne informácie. Roche Diabetes Care ani žiadna iná strana, ktorá by sa podieľala na vytváraní, produkcii alebo poskytovaní či zverejňovaní týchto informácií, žiadnym spôsobom nezodpovedá za akékoľvek priame, náhodné, následné a/alebo nepriame škody vzniknuté z použitia tu obsiahnutých informácií alebo akékoľvek chyby či nedostatky v ich obsahu. Informácie obsiahnuté a odkazované v publikácii slúžia iba na informačné účely, sú určené na podporu, nie na nahradenie vzťahu medzi pacientom a zdravotníkom a nemôžu byť chápané ako poskytovanie lekárskeho poradenstva ani sa na ne nemožno spoliehať ako na základ akéhokoľvek rozhodnutia či konania.

Viac informácií o produktoch Accu-Chek nájdete na internetovej stránke www.accu-chek.sk

ACCU-CHEK Active, Accu-Chek Insight, Accu-Chek Spirit Combo a ACCU-CHEK PERFORMA sú registrované ochranné známky spoločnosti Roche.

© 2019 Roche Diabetes Care

www.accu-chek.sk

Roche Slovensko, s. r. o.

divízia Diabetes Care, Pribinova 7828/19

811 09 Bratislava

ACCU-CHEK®