

Snižen nivo glukoze u krvi (HIPOGLIKEMIJA)

Postoji mnogo stvari koje možete učiniti da kontrolirate nivo glukoze u krvi i vodite zdrav život.



Hipoglikemija je snižen nivo glukoze u krvi, odnosno šećera u krvi, koji je ispod zdravog raspona. Obično se javlja kada je koncentracija glukoze u krvi manja od 70 mg/dL. Trebate razgovarati sa svojim timom za brigu o dijabetesu o vašim ciljnim vrijednostima nivoa glukoze u krvi i o tome koji nivo je prenizak za vas.

Možda ste također čuli da se snižen nivo glukoze u krvi opisuje i kao reakcija na inzulin ili inzulinski šok.

Uzroci

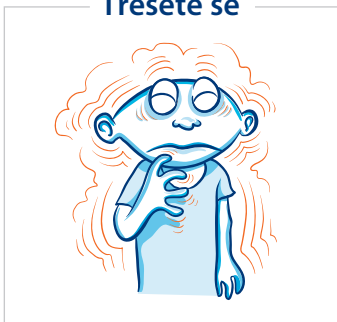
Snižen nivo glukoze u krvi se može javiti ako:

- Uzimate određene lijekove i jedete premalo ugljikohidrata
- Preskačete ili odlažete obroke
- Uzimate previše inzulina ili lijekova za dijabetes (pitajte svoj tim za brigu o dijabetesu da li se ovo odnosi na vas)
- Aktivniji ste nego inače
- Bolesni ste
- Pijete alkohol ne unoseći dovoljno hrane

Znakovi i simptomi

Evo šta se može dogoditi kada vam je nivo glukoze u krvi snižen:

Tresete se



Znojite se



Imate vrtoglavicu



Zbunjeni ste i imate poteškoće u govoru



Gladni ste



Slabi ste ili umorni



Imate glavobolju



Nervozni ste ili uznemireni



Ili nemate nikakvih simptoma.

Ako se snižen nivo glukoze u krvi ne liječi, može postati ozbiljan problem i uzrokovati nesvjesticu.

Ako vam snižen nivo glukoze u krvi predstavlja problem, razgovarajte sa svojim doktorom ili timom za brigu o dijabetesu.



Snižen nivo glukoze u krvi (HIPOGLIKEMIJA)

Šta učiniti ako mislite da imate snižen nivo glukoze u krvi

PROVJERITE



- Odmah provjerite nivo glukoze u krvi ako imate bilo kakve simptome sniženog nivoa glukoze u krvi
- Ako mislite da je nivo glukoze u vašoj krvi snižen, ali ne možete to provjeriti u tom trenutku, svejedno pojedite ili popijte nešto slatko

LIJEČITE



Liječite se tako da pojedete ili popijete **15 grama** nečega sa visokim sadržajem šećera, kao što su:

- 4 unce (½ šolje) običnog voćnog soka (poput soka od narandže, jabuke ili grožđa)
- 4 tablete glukoze ili 1 tuba glukoznog gela
- 1 kašika šećera, meda ili kukuruznog sirupa
- 4 unce (½ šolje) običnog soka (nedijetalnog)
- 2 kašike groždica

SAČEKAJTE



Sačekajte **15 minuta**, a zatim ponovo provjerite nivo glukoze u krvi



- Ako je još uvijek nizak, ponovo pojedite ili popijte nešto sa visokim sadržajem šećera
- Ako je vaš sljedeći obrok za više od sat vremena, pojedite užinu kako vam se snižen nivo glukoze u krvi ne bi vratio

Posjetite www.NovoCare.com za dodatne resurse i korisne informacije! Usmjerite kameru pametnog telefona prema QR kodu za brzi pristup web stranici putem telefona.



Skeniraj me!

Novo Nordisk Inc. daje dozvolu za reprodukciju ovog dokumenta u neprofitne obrazovne svrhe pod uslovom da se dokument održava u svom originalnom formatu i da je prikazana obavijest o autorskim pravima. Novo Nordisk Inc. zadržava pravo da opozove ovu dozvolu u bilo kom trenutku.

NovoCare® je registrovani zaštitni znak kompanije Novo Nordisk A/S.

Novo Nordisk je registrovani zaštitni znak kompanije Novo Nordisk A/S.

© 2022 Novo Nordisk Štampano u SAD-u US24PAT00043 Oktobar 2022.

www.NovoCare.com

