

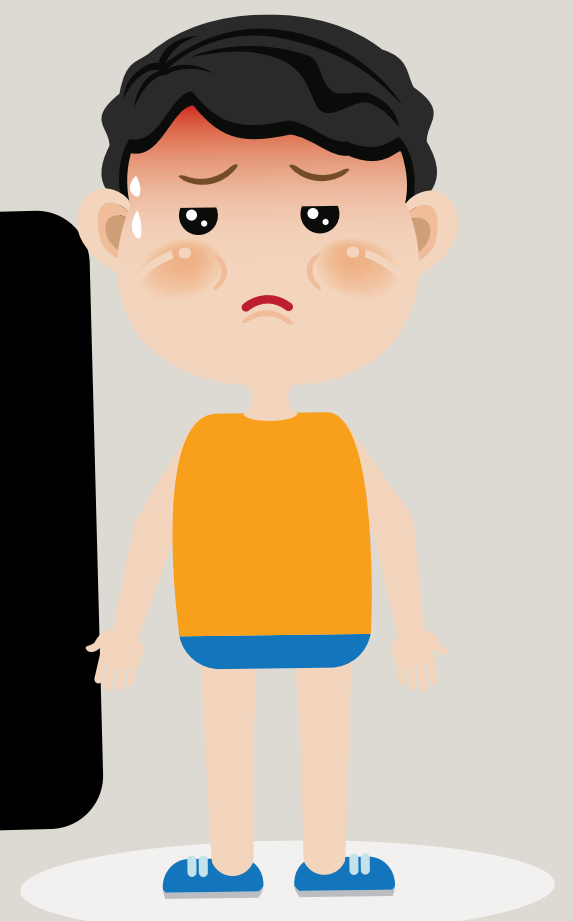


การจัดการกับโรคในช่วงที่ไม่สบาย

การเจ็บป่วยมีผลต่อการควบคุมโรคเบาหวานอย่างไร ?



เมื่อคุณป่วย ไม่ว่าจะเป็นหวัดธรรมดาใช้หวัดใหญ่ หรือโรคอื่น ๆ ทั้งที่มีไข้หรือไม่มีไข้ ระดับน้ำตาลกลูโคสในเลือดของคุณอาจจะสูงขึ้นและรบกวนการออกฤทธิ์ของอินซูลิน



ในช่วงที่คุณป่วย การรับประทานอาหาร การดื่มน้ำ และการฉีดอินซูลิน เป็นสิ่งที่สำคัญอย่างมาก



หากคุณไม่ควบคุมโรคเบาหวานในช่วงที่คุณป่วยอาจทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ และอาจทำให้คุณป่วยหนักขึ้นกว่าเดิม

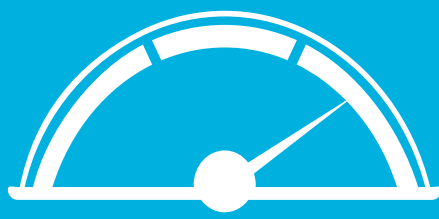


การจัดการกับโรค ในช่วงที่ไม่สบาย

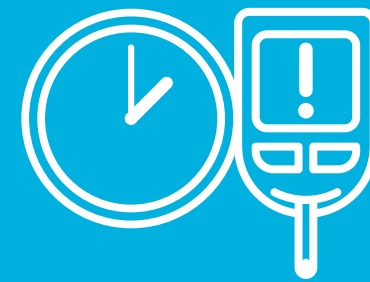
ฉันควรปฏิบัติตัวอย่างไรเมื่อฉันป่วย?



ห้ามหยุดฉีดอินซูลิน
เด็ดขาด!



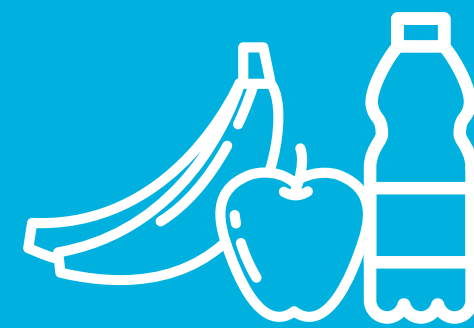
ขนาดของอินซูลินที่คุณต้องได้รับ
สามารถปรับเพิ่มขึ้นหรือลดลงได้
ขึ้นอยู่กับระดับน้ำตาลกลูโคสใน
เลือดของคุณและปริมาณอาหาร
ที่คุณรับประทาน



หากมีแถบทดสอบเพียงพอ
ควรเพิ่มการตรวจกลูโคสใน
เลือดให้เป็นทุก 3-4 ชั่วโมง



หากคุณไม่สามารถตรวจระดับน้ำตาล
กลูโคสในเลือดที่บ้านได้ คุณควรเข้า
รับการรักษาที่สถานพยาบาลในชุมชน
เพื่อให้ได้รับการตรวจที่สม่ำเสมอ



เพิ่มปริมาณการดื่มน้ำให้
มากขึ้นและรับประทาน
อาหารที่เหมาะสม



พยายามทำให้ใช้ลด



คอยติดตามผล
คีโตนในเลือด

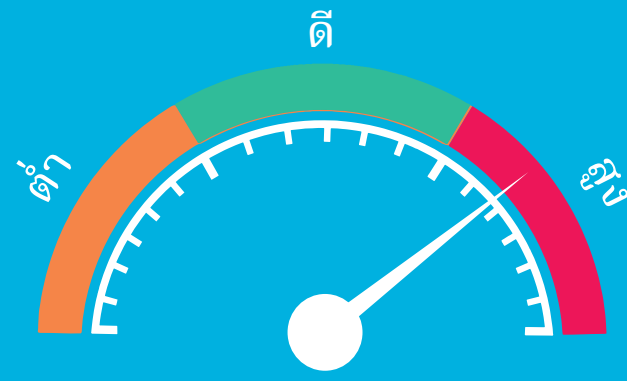


การจัดการกับโรค ในช่วงที่ไม่สบาย

อาการที่ควรสังเกตเมื่อร่างกายผลิต
คีโตนในเลือด :



ลมหายใจที่มีกลิ่น
เหมือนผลไม้



ระดับน้ำตาลใน
เลือดสูง



เข้าห้องน้ำบ่อยขึ้น



กระหายน้ำมาก



รู้สึกเหนื่อยง่าย
กว่าปกติ



ปวดท้อง



การจัดการกับโรค ในช่วงที่ไม่สบาย



มีการเปลี่ยนแปลงลักษณะ
การหายใจ (ส่วนใหญ่จะ
หายใจลึกขึ้น)



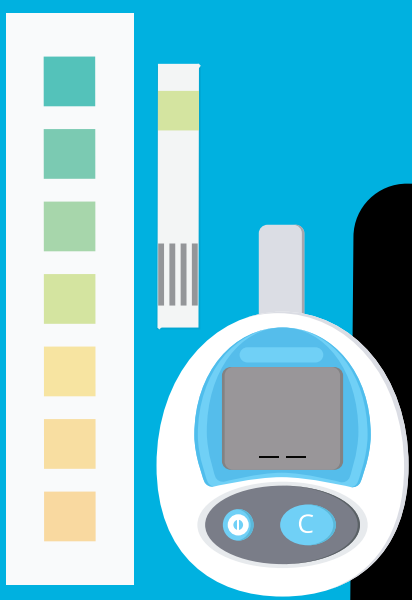
รู้สึกสับสน



เป็นลม



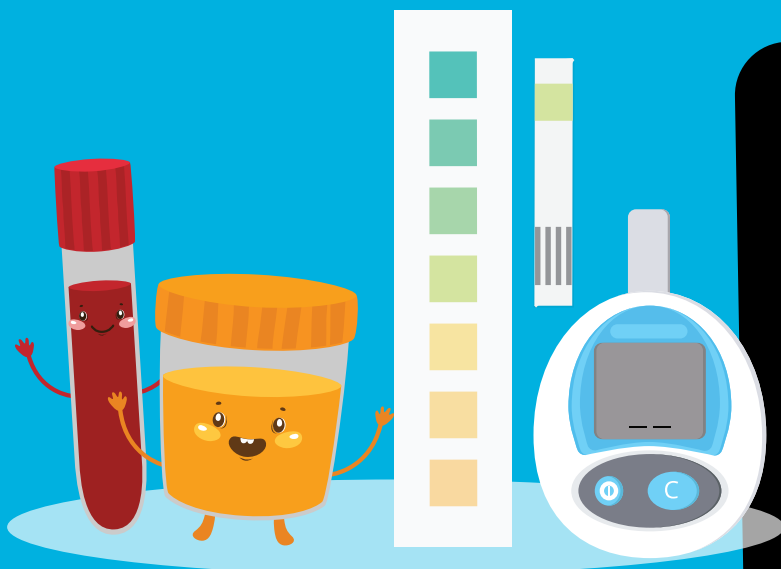
รู้สึกป่วย



วิธีที่ดีที่สุดในการตรวจคีโตนคือการใช้
แถบทดสอบคีโตนในเลือด
หลายคนอาจไม่มีแถบทดสอบและ
เครื่องตรวจคีโตนในเลือดที่บ้าน
แนะนำให้ลองปรึกษาคลินิก
หรือสถานพยาบาลใกล้บ้าน
คุณอาจตรวจให้ได้



การจัดการกับโรค ในช่วงที่ไม่สบาย



การติดตามคีโตนในเลือดเป็นสิ่งสำคัญมาก และส่วนใหญ่แล้วการให้อินซูลินเพิ่มแก่ร่างกายจะช่วยให้การควบคุมระดับน้ำตาลกลูโคสในเลือด (เว้นแต่มีอาการเจ็บป่วยซึ่งจะทำให้เกิดภาวะน้ำตาลในเลือดน้อย)

หากคุณมีระดับน้ำตาลกลูโคสในเลือดสูงโดยไม่มีคีโตนหรือมีน้อย :

ให้ฉีดอินซูลินออกฤทธิ์เร็วหรือออกฤทธิ์สั้นขนาด 5-10% ของปริมาณอินซูลินต่อวัน และฉีดซ้ำทุก 2-4 ชั่วโมง

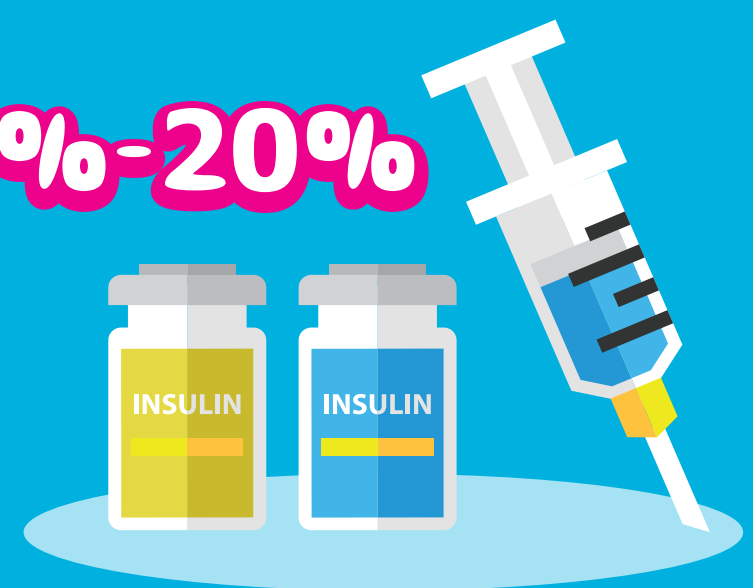
5%-10%



หากคุณมีระดับน้ำตาลกลูโคสในเลือดสูงโดยมีคีโตนระดับปานกลางหรือมาก :

ให้ฉีดอินซูลินออกฤทธิ์เร็วหรือออกฤทธิ์สั้นขนาด 10-20% ของปริมาณอินซูลินต่อวัน และฉีดซ้ำทุก 2-4 ชั่วโมง

10%-20%



หากคุณอาเจียน อาจเป็นสัญญาณของการขาดอินซูลินและภาวะน้ำตาลในเลือดสูงร่วมกับเลือดเป็นกรดหรือที่เรียกว่า DKA (Diabetic Ketoacidosis) ควรรีบติดต่อแพทย์ของคุณโดยเร็วที่สุดและรีบไปโรงพยาบาล/คลินิกใกล้บ้าน

