

BAGAIMANA UNTUK **MENGENALI** GLUKOSA DARAH TINGGI (HIPERGLISEMIA)?

JIKA TAHAP GLUKOSA DARAH ANDA LEBIH DARIPADA **250 MG/ DL (14 MMOL/L)**, INI DIPANGGIL HIPERGLISEMIA.

INI IALAH BEBERAPA PERKARA YANG MUNGKIN ANDA RASA ATAU PERASAN APABILA ANDA MEMPUNYAI GLUKOSA DARAH TINGGI:



SENTIASA DAHAGA



KERAP MEMBUANG AIR KECIL TERUTAMANYA PADA WAKTU MALAM



PENGLIHATAN KABUR



# HIPERGLISEMIA



SENTIASA LETIH



MULUT KERING

SEKIRANYA TAHAP GLUKOSA DARAH TERLALU TINGGI  
ANDA JUGA MUNGKIN MENGALAMI:



RASA LOYA



SAKIT PERUT



PERNAFASAN YANG  
TIDAK NORMAL



NAFAS BERBAU  
ALKOHOL



ADA KALINYA HIPERGLISEMIA BOLEH MENJADI  
BERBAHAYA DAN ANDA BOLEH PENGSAK ATAU  
HILANG KESEDARAN.

SEKIRANYA ANDA MEMPUNYAI TANDA-TANDA INI,  
ANDA HARUS PERGI KE HOSPITAL / KLINIK.

## MENGAPA SAYA MENGALAMI **GLUKOSA DARAH TINGGI** (HIPERGLISEMIA)?

ANDA BOLEH MENGALAMI GLUKOSA DARAH TINGGI APABILA:



ANDA TELAH MENYUNTIK KURANG INSULIN ATAU TERLEPAS SUNTIKAN



ANDA MAKAN TERLALU BANYAK MAKANAN BERKARBOHIDRAT / MINUMAN MANIS

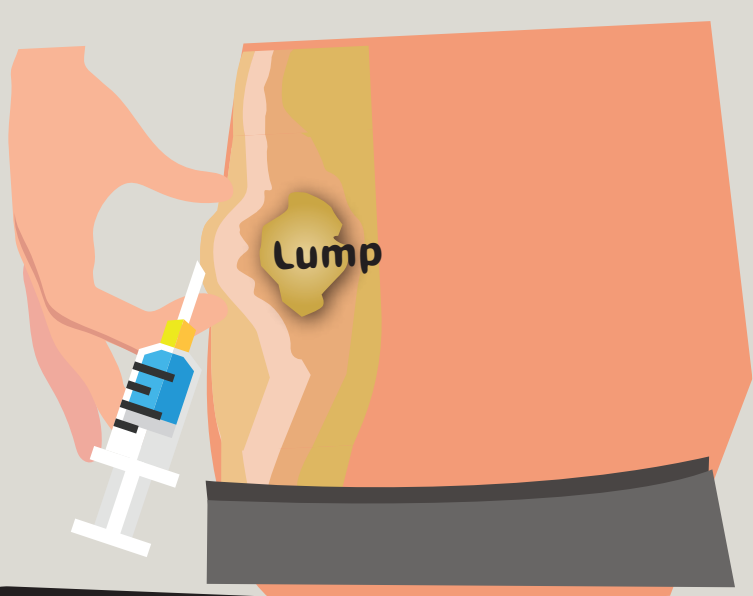


ANDA BERSENAM KURANG DARIPADA BIASA

ANDA BOLEH MENGALAMI GLUKOSA DARAH  
TINGGI APABILA:



DISEBABKAN JANGKITAN ATAU  
PENYAKIT LAIN, HAID ATAU  
MENGHADAPI TEKANAN



ANDA MEMPUNYAI GUMPALAN  
DI BAWAH KULIT ANDA  
(LIPOHYPERTROPHY) PADA  
TAPAK SUNTIKAN INSULIN  
DISEBABKAN ANDA TIDAK  
MENGILIRKAN TAPAK  
SUNTIKAN



ANDA TELAH MENGAMBIL  
INSULIN YANG TELAH  
TAMAT TEMPOH ATAU TIDAK  
DISIMPAN DENGAN BETUL

## BAGAIMANA UNTUK **MERAWAT** GLUKOSA DARAH TINGGI (HIPERGLISEMIA)?

JIKA TAHAP GLUKOSA DARAH ANDA MELEBIHI **250 MG/DL (14 MMOL/L)** ANDA PERLU MENGAMBIL TINDAKAN DENGAN SEGERA.

BERIKUT IALAH LANGKAH-LANGKAH YANG PERLU ANDA IKUTI:



PERIKSA TAHAP GLUKOSA DARAH ANDA DAN MENYUNTIK INSULIN BERTINDAK PENDEK



**!** HUBUNGI DOKTOR / JURURAWAT ANDA SEKIRANYA ANDA TIDAK PASTI APA YANG PERLU DILAKUKAN ATAU UNTUK BERTANYA BERAPA UNIT INSULIN TAMBAHAN YANG DIPERLUKAN



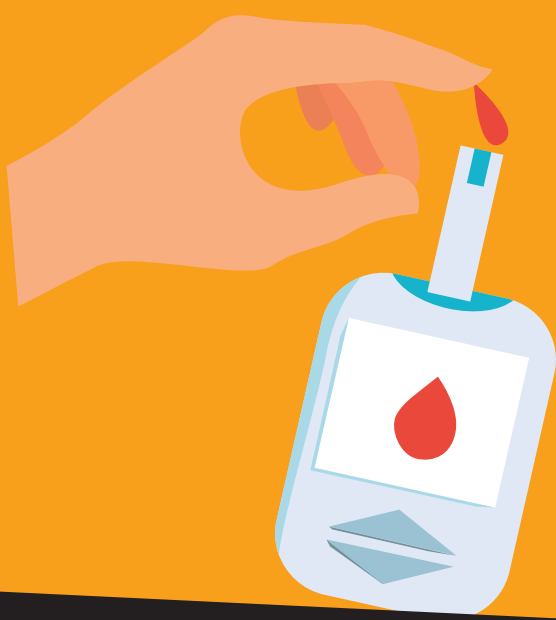
MINUM BANYAK AIR (SEKURANG-KURANGNYA 1 GELAS AIR SETIAP JAM)



ELAKKAN SENAMAN BERAT

HELLO  
TYPE 1

# HIPERGLISEMIA



SELEPAS 2 JAM PERIKSA  
TAHAP GLUKOSA DARAH  
LAGI



JIKA TAHAP GLUKOSA DARAH  
ANDA MASIH MELEBIHI 250 MG/DL  
(14 MMOL/L), HUBUNGI DOKTOR/  
JURURAWAT ANDA DENGAN SEGERA



HIPERGLISEMIA KRITIKAL ADALAH  
APABILA GLUKOSA DALAM DARAH  
MELEBIHI 400MG/DL (22 MMOL/L)



MENYUNTIK INSULIN BERTINDAK  
PENDEK DENGAN SEGERA (10%  
DARIPADA JUMLAH DOS HARIAN)



HUBUNGI DOKTOR/HOSPITAL  
ANDA DENGAN SEGERA