

انخفاض السكر في الدم

- أقل من 0.60 غ في النهار و 1.20 غ عند النوم ، هناك انخفاض في السكر .
- انخفاض السكر في الدم يمكنه أن يسبب صداع في الرأس ، عرق ، اصفرار الوجه ، ارتعاش ، خفقان القلب ، اضطرابات في الطباع.
- انخفاض السكر في الليل يؤدي إلى الاستيقاظ عادة . أو بسبب حركات غير عادية و صراخ و شبه كوابيس و عندما يحدث في آخر الليل يؤدي إلى صعوبة استيقاظ الطفل .
- عند **الرضيع** ، انخفاض السكر في الدم يؤدي إلى اصفرار الوجه ، اضطراب في الطباع ، غفیان غير عادي .
- عادة ، انخفاض السكر في الدم يحدث بنفس الشكل عند كل طفل.
- انخفاض السكر في الدم يحدث على بغتة ، أي علامة حدثت على بغتة عند الطفل المصاب بداء السكري يجب أن تعتبر هبوطاً في السكر في الدم.
- علامة انخفاض السكر في الدم تكون مصحوبة بأقل من 0.60 غ في الدم.
- تحليل البول ليس له أهمية.
- عند انخفاض السكر في الدم يجب توقف الطفل عن الحركة و الجلوس .
- و بعد اعطائه قطعة من السكر لكل 20 كلغ من الوزن ، إذا كان من الممكن مراقبة نسبة السكر في الدم مباشرة بعد إعطائه السكر في فمه.
- إذا كان و قت الأكل لا زال بعيداً يجب إعطائه بعد السكر الخبز.
- إذا كان وقت الطعام قريباً أقل من 30 دقيقة ، يكفي تناول الوجبة .
- السكر **يعمل بعد 10 دقائق** ، إذا لم يكن هناك أي تحسن بعد 10 دقائق يجب إعطاء الطفل مرة ثانية نفس الكمية من السكر و بعد انخفاض السكر في الدم يجب تسجيله على دفتر المراقبة **مع** ، وقت الحدوث ، ماذا أكلنا و السبب .
- يمكننا تعويض قطعة السكر بملعقة صغيرة من العسل أو المربي أو نصف كأس من عصير الفواكه ، أو 1/3 كأس من المونادا التي فيها السكر.
- و من الاحسن استعمال السكر لأنه سهل معرفة الكمية و حمله. الشكولاتة و المربي الذي فيه السكر و الرايب لا يجب استعمالهم لأن **تأثيرهم** يأخذ الوقت.
- السكر قطع يمكن استعماله في كمية قليلة من الماء **إذا لم يقبل الطفل يمكننا ذلك اللثة أو الجانب الداخلي للخد بهذا الماء المحلى بالسكر**

- عند انخفاض السكر في الدم مصحوبا بفقدان الوعي ، يجب في الحال حقنه بالكلوكاكون . الكلوكاكون يحقن تحت الجلد بواسطة الابرة التي توجد في العلبة و تستعمل الحقنة في موضع حقن الانسولين ، تحقن القارورة كلها إذا كان الطفل عنده أكثر من 10 سنوات ، الكلوكاكون يمكن ان يسبب صداع في الرأس أو تقيء عندما يرجع الطفل الى وعيه.
- عند الرجوع إلى الوعي يجب على الطفل الأكل كالعادة..
- في حالة غياب الكلوكاكون يجب احضار الطفل بسرعة الى المستشفى ليحقن بمصل السكر .
- بعد انخفاض السكر في الدم و لو كان انخفاضا كبيرا يجب استعمال حقنة الانسولين في وقتها العادي ، و يجب انخفاض جرعة الانسولين و الا سيرتفع السكر في الدم و يظهر الاصطون .
- انخفاض السكر في الدم يظهر عند الاكثار من الانسولين او كثرة الانسولين في وقت يكون فيه الاحتياج اليها أقل ، هذا ما يقع عند أو بعد ممارسة حركة بدنية ، او عندما ننسى اكل وجبة او عندما نتاخر في الاكل او عندما نأخذ وجبة بدون سكريات بطيئة او عندما ننام متأخرين عن العادة .
- أحسن طريقة لتجنب هبوط السكر في الدم هو تحليل الدم يوميا و بصفة منتظمة ، تحليل الدم عند النوم اذا لم يكن بإمكاننا ان نفعها كل يوم فيجب ان نقيس السكر في الدم على الاقل الايام التي نقوم فيها بحركات بدنية او اذا كانت اكلة المساء غير كافية او اذا كان السكر في الدم قبل العشاء منخفض.
- عند ممارسة الرياضة يجب التقليل من جرعة الانسولين ، اذا كانت الرياضة غير مبرمجة فيجب اخذ اكلة زائدة فيها الخبز او البيسكوي و اخذها ثانية عند كل 45 دقيقة من اللعب ، من المستحب تحليل الدم قبل ممارسة الرياضة.
- **الطفل السكري يجب عليه** ان لا يترك اي وجبة . و الذي **يعالج** بلانسولين السريع العادي يجب عليه ان يأخذ وجبة العاشرة صباحا .
- كل وجبة يجب ان تحتوي على السكريات البطيئة مثل الخبز ، ارز ، سميدة ، شعيرية ، او بطاطس . و اذا نام متأخرا عن العادة يجب على الطفل السكري أن لا ينسى اكلة خفيفة قبل النوم.
- **يوم الغد** بعد نزول السكر في الدم بدون سبب يجب **تقليل** الانسولين الموازية للوقت بوحدة أو أكثر .
- يوم الغد بعد نزول حاد للسكر في الدم من المستحسن نقص من الانسولين الموازية للوقت و لو كان هناك سبب من الواجب أن يكون في المنزل الكلوكاكون خاصة اذا كان الطفل عنده اقل من 5 سنوات ، او وقع له هبوط حاد في السكر أو يسكن بعيدا من المستشفى .