

أعراض انخفاض سكر الدم (سكر الدم المنخفض)

الأسباب: تناول طعام أقل من اللازم، أنسولين أو أدوية مرض السكري أكثر من اللازم، نشاط بدني أكثر من اللازم.
البداية: صدمة فجائية قد تتطور لصدمة أنسولين
سكر الدم: أقل من 70 ملجم/دسي لتر



ارتعاش



نبضات قلب
متسارعة



صداع



تعرق



رؤية ضعيفة



شعور بالقلق



شعور بالدوار
والدوخة



شعور بالتعب
والإجهاد



شعور بالتوتر



جوع

لعلاج انخفاض سكر الدم



افحص سكر الدم
إذا كانت النسبة 70 ملجم/دسي
لتر أو أقل.



اشرب
4 أوقيات من العصير أو 8
أوقيات من الحليب المقشوط
أو تناول عدة قطع من
الحلوى الصلبة.



افحص سكر الدم
خلال 15 دقيقة. إذا لم تتوقف
الأعراض، اتصل بطبيبك
المعالج.



خلال 30 دقيقة
بعد انتهاء الأعراض، تناول
وجبة خفيفة أو زبدة الفول
السوداني أو سندوش لحم وكوب
حليب.



PROJECT DULCE™
DIABETES EXCELLENCE! ACROSS COMMUNITIES

Translation of this publication was supported by HRSA HCAP Grant # G920A02204.

©2004 The Whittier Institute for Diabetes

Permission granted by The Whittier Institute for Diabetes to copy for patient education purposes. For additional information see www.whittier.org