ارتفاع السكر: خطوات أولية وعلامات استعجال

التصرف يعتمد على الأعراض والكيتونات وخطة العلاج، وليس على الرقم وحده.

للتثقيف والتنظيم، وليس للتشخيص أو وصف العلاج. اتبع خطة فريقك الطبي. المراجع وتاريخ البحث مرفقان بهذا المقال.

لا تختصر الاستعجال في الرقم

عند ارتفاع غير متوقع، تحقق من القراءة إذا شككت فيها، وراجع آخر جرعة وطعام وأي مرض أو عطل جهاز. اشرب الماء إن كنت قادرًا ولا توجد قيود سوائل طبية. استخدم التصحيح الموصوف فقط؛ لا تتناول جرعات متلاحقة عشوائية. في النوع الأول أو عند خطر الحماض، افحص الكيتونات عند المرض أو الارتفاع بحسب الخطة؛ تذكر CDC مستوى 250 mg/dL (13.9 mmol/L) كمحفز للفحص، لكنه ليس شرطًا لوجود الحماض.

الأعراض والسوائل والكيتونات والحالة العامة تدخل في تقييم الارتفاع وفق خطتك. لا تستخدم الموقع ليقرر أن الانتظار آمن. اطلب شرح علامات الاتصال والتوجه للطوارئ مسبقًا، خصوصًا إذا كنت معرضًا لنقص الإنسولين.

خطوات تساعدك على الفهم

1. اتبع خطة الارتفاع والقياس المتكرر الخاصة بك.
2. عند استخدام مضخة تحقق من احتمال انقطاع الإنسولين واتبع خطة العطل.
3. تجنب استخدام الرياضة لعلاج ارتفاع مع كيتونات أو شعور بالمرض.

تفصيل يمنع الالتباس

الاعتماد على الماء وحده بدل العلاج، أو انتظار رقم شديد الارتفاع قبل الاهتمام بالقيء والتنفس.

هل المشي يحل كل ارتفاع؟

لا، مع كيتونات أو نقص إنسولين أو أعراض مرض قد يكون غير آمن.

متى أطلب المساعدة؟

قيء يمنع شرب السوائل، تنفس سريع أو عميق، تشوش، أو علامات جفاف شديد: اطلب الطوارئ. ارتفاع مستمر رغم خطتك يستدعي اتصالًا عاجلًا.

المصادر وحدود الاستخدام

CDC – الحماض الكيتوني

https://www.cdc.gov/diabetes/about/diabetic-ketoacidosis.html

Diabetes UK – إدارة السكري أثناء المرض

https://www.diabetes.org.uk/living-with-diabetes/life-with-diabetes/illness

CDC – إدارة سكر الدم

https://www.cdc.gov/diabetes/treatment/index.html