



Upute za davanje bazalnog inzulina

Inzulin kojeg primete je **dugodjelujući inzulin** koji se uglavnom daje **navečer prije spavanja**, poželjno u isto vrijeme.

Ima najveći utjecaj na razinu šećera ujutro te je potrebno redovito mjerenje šećera svako jutro i zapisivanje u dnevnik samokontrole kojeg je obavezno ponijeti na slijedeću kontrolu.

Ukoliko je **šećer ujutro visok, doza večernjeg inzulina je premala.**

Potrebno je uzeti ciklus od 3 dana te mjeriti šećer ujutro na tašte i ako je veći od ___ mmol/l povećati dozu za 2 jedinice. Povećavati svakih 3 dana dok se ne dobiju dogovorene vrijednosti.

Ukoliko se **noću ili ujutro javi hipoglikemija** (nizak šećer u krvi), **doza je prevelika** te ju je potrebno **smanjiti prilikom slijedećeg davanja za 2 jedinice.**

Ponekad, u iznimnim situacijama, inzulin se može davati i ujutro te će tada biti potrebno mjerenje šećera navečer, prije večere.

Ovaj inzulin nije vezan uz obrok i **nakon davanja nije potrebno jesti.**

Rezervni inzulin se čuva u hladnjaku, najbolje u vratima.

Brizgalica koja se koristi može biti na sobnoj temperaturi do mjesec dana ali ne kod izvora topline.

Mjesta davanja inzulina su **trbuh s obje strane pupka, natkoljenice i vanjski dio nadlaktice.** Mjesta davanja potrebno je mijenjati svakodnevno kao i iglu za inzulin.

Postupak davanja inzulina je slijedeći :

1. odabrati propisanu dozu
2. staviti novu iglu i ukloniti zaštitu s nje
3. napraviti nabor na koži
4. ubosti okomito i pritisnuti klip da inzulin uđe pod kožu
5. zadržati iglu u tkivu još 10 sekundi
6. izvaditi iglu, skinuti s brizgalice te odložiti u spremnik za oštri otpad

Hipoglikemija je stanje kada razina šećera u krvi padne ispod normale (manje od 4 mmol/L).

Simptomi su znojenje, drhtanje ruku, lupanje srca, vrtoglavica, nemir, slabost.

Ukoliko je moguće potrebno je izmjeriti razinu šećera u krvi.

Uzeti koncentrirane ugljikohidrate ovisno o razini šećera i situaciji u kojoj se nalazite.

Najbrže djeluju glukozni bomboni, šećer, med, voćni sok.

Namirnice koje povećavaju razinu šećera u krvi su ugljikohidrati od koji su najznačajniji:

1. Žitarice - zrna, brašno, pekarski proizvodi, sve vrste tijesta, žganci, riža
2. Svježe i suho voće
3. Mlijeko i jogurt
4. Škrobno povrće- krumpir, grah, grašak, leća, slanutak

Ne znači da te namirnice ne smijete jesti već pripaziti na količinu.

Ukoliko imate dodatna pitanja u vezi Vašeg liječenja, slobodno nam se obratite.