

Моніторинг рівня глюкози в крові у дітей

Вступ

Контроль рівня цукру (*глюкози*) у крові Вашої дитини є важливою частиною контролю цукрового діабету Вашої дитини. Моніторинг рівня глюкози в крові передбачає перевірку рівня глюкози в крові стільки разів, скільки вказано, і ведення журналу реєстрації або запису результатів у динаміці.

Регулярний контроль рівня глюкози у крові Вашої дитини та ведення журналу реєстрації рівня глюкози у крові можуть:

- Допомогти Вам і лікарю Вашої дитини за потреби скоригувати план лікування діабету Вашої дитини, включаючи лікарські препарати або інсулін.
- Допомогти Вам і Вашій дитині зрозуміти, як їжа, фізичні вправи, захворювання та лікарські препарати впливають на рівень глюкози в крові.
- Повідомити Вам і Вашій дитині рівень глюкози в крові Вашої дитини в будь-який час. Ви можете швидко дізнатися, чи у Вашої дитини низький рівень глюкози в крові (*гіпоглікемія*) або високий рівень глюкози в крові (*гіперглікемія*).

Медичний працівник Вашої дитини встановить індивідуальні цілі лікування для рівнів глюкози в крові Вашої дитини перед прийомом їжі (*перед їжею*) та після прийому їжі (*після їжі*).

Необхідні матеріали:

- Глюкометр крові.
- Тест-смужки для глюкометра Вашої дитини. Кожен глюкометр має власні смужки. Ви повинні використовувати смужки, які постачаються разом із глюкометром Вашої дитини.
- Голка для проколювання пальця (*ланцет*). **Не** використовуйте ланцет більше одного разу.
- Пристрій, який утримує ланцет (*пристрій для проколювання*).
- Журнал або журнал реєстрації результатів Вашої дитини.

Як перевірити рівень глюкози в крові Вашої дитини

Перевірка рівня глюкози в крові Вашої дитини

1. Вимийте руки та руки Вашої дитини водою з милом протягом щонайменше 20 секунд.
2. Проколійть бокову частину пальця (не кінчик) Вашої дитини ланцетом. Кожного разу, коли Ви перевірятимете рівень глюкози в крові, використовуйте інший палець.
3. Обережно потріть палець, доки не з'явиться невелика крапля крові.
4. Дотримуйтесь інструкцій, наданих разом із глюкометром щодо встановлення тест-смужки, нанесення крові на смужку та використання глюкометра.
5. Запишіть результат і будь-які примітки в журналі.



Використання альтернативних ділянок

Деякі глюкометри дозволяють Вам використовувати для аналізу крові інші ділянки тіла Вашої дитини, окрім пальця (*альтернативні ділянки*). Найпоширенішими альтернативними ділянками є передпліччя, стегно та долоня.

Результати, отримані внаслідок проколювання альтернативних ділянок, можуть бути не такими точними, як результати, отримані внаслідок проколювання пальців, оскільки кровотік у цих ділянках повільніший. Це означає, що результат, який Ви отримуєте, може бути із затримкою, і він може відрізнятись від результату, який Ви отримуєте з пальця Вашої дитини.

Використовуйте лише палець і **не** використовуйте альтернативні ділянки, якщо:

- Ви вважаєте, що у Вашої дитини була гіпоглікемія.
- Ваша дитина іноді не знає, що її рівень глюкози в крові знижується (*нечутливість до гіпоглікемії*).

Загальні поради та рекомендації

Журнал реєстрації рівня глюкози в крові

- Щоразу, коли Ви перевіряєте рівень глюкози в крові Вашої дитини, записуйте результат. Також записуйте будь-які примітки про речі, які можуть впливати на рівень глюкози в крові Вашої дитини, такі як дієта та фізичні вправи протягом дня. Ця інформація може допомогти Вам і лікарю Вашої дитини:
 - Знайти закономірності рівня глюкози в крові Вашої дитини у динаміці.
 - За потреби відкоригувати план лікування діабету Вашої дитини.
- Перевірте, чи дозволяє глюкометр Вашої дитини завантажувати записи на комп'ютер або чи наявний додаток для глюкометра. Більшість глюкометрів зберігають записи показників глюкози у глюкометрі.



Якщо у Вашої дитини цукровий діабет 1-го типу:

- Перевіряйте рівень глюкози в крові Вашої дитини 4 або більше разів на день, якщо Ваша дитина отримує інтенсивну інсулінотерапію багаторазовими щоденними ін'єкціями (БЩІ) або інсуліновою помпою.
- Також перевіряйте рівень глюкози в крові Вашої дитини:
 - Перед кожним прийомом їжі.
 - Через дві години після прийому їжі.
 - Перед сном.
 - До та після фізичних вправ.
 - Час від часу між 02:00 та 03:00 ранку, відповідно до вказівок.
 - Перед тим, як займатися діяльністю, яка створює ризик травмування, наприклад, кататися на велосипеді або керувати автомобілем.
 - Якщо у Вашої дитини є симптоми гіпоглікемії.
 - Після лікування низького рівня глюкози у крові Вашої дитини.
- Можливо, Вам потрібно буде перевіряти рівень глюкози в крові Вашої дитини частіше, до 6–10 разів на добу, якщо Ваша дитина:
 - Має цукровий діабет, який недостатньо добре контролюється.
 - Хвора.
 - Має в анамнезі тяжку гіпоглікемію.
 - Має нечутливість до гіпоглікемії.

Якщо у Вашої дитини цукровий діабет 2-го типу:

- Якщо Ваша дитина приймає інсулін, перед кожною ін'єкцією інсуліну перевіряйте рівень глюкози в крові 4 або більше разів на день.
- Якщо Ваша дитина приймає лікарські препарати для лікування діабету перорально (*пероральні* лікарські препарати), перевіряйте рівень глюкози в крові 2 або більше разів на день.
- Також перевіряйте рівень глюкози в крові Вашої дитини:
 - До та після фізичних вправ.
 - Якщо у Вашої дитини є симптоми гіпоглікемії.

- Після проведення Вашій дитині лікування з приводу низького рівня глюкози в крові.
- Час від часу між 02:00 та 03:00 ранку, відповідно до вказівок.
- Перед тим, як займатися діяльністю, яка створює ризик травмування, наприклад, кататися на велосипеді або керувати автомобілем.
- Можливо, Вам потрібно буде перевіряти рівень глюкози в крові Вашої дитини частіше, якщо:
 - Доза лікарського препарату Вашої дитини коригується.
 - Цукровий діабет Вашої дитини недостатньо контролюється.
 - Ваша дитина хвора.

Загальні поради

- Переконайтеся, що у Вашої дитини завжди є в наявності її матеріали.
- Якщо у Вас є запитання або Вам потрібна допомога, усі глюкометри мають цілодобовий номер телефону гарячої лінії, за яким Ви можете зателефонувати. Також звертайтеся до лікаря Вашої дитини із запитаннями або проблемами, які можуть у Вас виникнути.
- Після використання декількох коробок із тест-смужками відрегулюйте (*калібруйте*) глюкометр Вашої дитини, дотримуючись інструкцій, наданих разом із глюкометром.

-
-

Зверніться до лікаря, якщо:

- Рівень глюкози в крові Вашої дитини знаходиться поза межами її нормального діапазону. У таких випадках лікар Вашої дитини повідомить Вам, коли Вам слід звернутися до лікаря.
- У Вашої дитини розвивається серйозне захворювання.
- Ваша дитина хворіла або мала гарячку протягом 2 днів або довше, і їй не стає краще.
- Ваша дитина не може їсти або пити.
- У Вашої дитини нудота або блювання.
- У Вашої дитини діарея.

Негайно зверніться по допомогу, якщо:

- Рівень глюкози в крові Вашої дитини нижче 54 мг/дл (3 ммоль/л).
- Ваша дитина є розгубленою або має проблеми з чітким мисленням.
- Вашій дитині важко дихати.
- У Вашої дитини помірний або високий рівень кетонів у сечі.

Ці симптоми можуть свідчити про серйозну проблему, яка потребує невідкладної допомоги. Не чекайте, щоб перевірити, чи зникнуть симптоми. Негайно зверніться по медичну допомогу. Зателефонуйте до місцевої служби невідкладної допомоги.

Підсумок

- Контроль рівня глюкози в крові Вашої дитини є важливою частиною контролю цукрового діабету Вашої дитини.
- Контроль рівня глюкози в крові передбачає перевірку рівня глюкози в крові так часто, як вказано, і ведення журналу реєстрації результатів у динаміці.
- Медичний працівник Вашої дитини встановить індивідуальні цілі лікування для рівнів глюкози в крові Вашої дитини перед прийомом їжі (*перед їжею*) та після прийому їжі (*після їжі*).
- Щоразу, коли Ви перевіряєте рівень глюкози в крові Вашої дитини, записуйте результат. Також записуйте будь-які примітки про речі, які можуть впливати на рівень глюкози в крові Вашої дитини, такі як дієта та фізичні вправи протягом дня.