



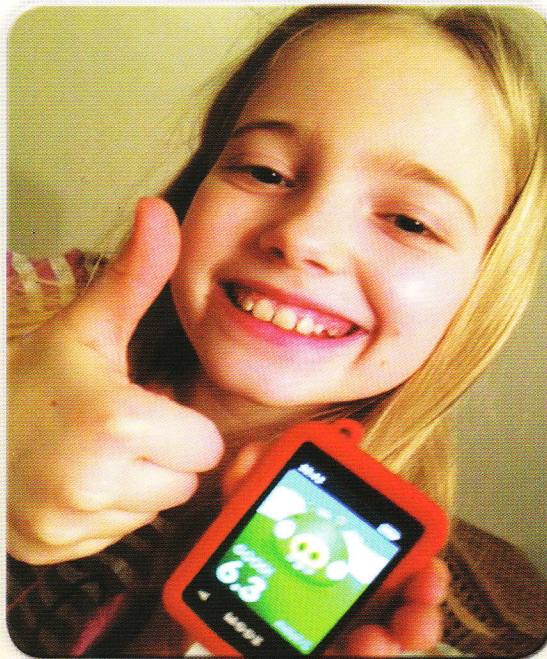
ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ  
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ  
ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ  
ΜΕΤΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΩΝ  
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΩΝ ΠΑΙΔΙΟΥ ΜΕ ΣΑΚΧΑΡΩΔΗ ΔΙΑΒΗΤΗ



ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ

## Πληροφορίες για τους γονείς παιδιών με Σακχαρώδη Διαβήτη Τύπου 1

### Μέτρηση Σακκάρου Αίματος



Επιμέλεια Έκδοσης  
*Βασιλική Μάτζιου, Χρήστος Μπαρτσόκας*

## Μέτρηση Σακχάρου Αίματος

Ο τακτικός έλεγχος της γλυκόζης αίματος, αποτελεί ένα από τα σημαντικότερα σημεία της φροντίδας για το παιδί με διαβήτη. Η διατήρηση των τιμών σακχάρου αίματος σε φυσιολογικά επίπεδα, συμβάλει στην καλή ρύθμισή του και μειώνει τον κίνδυνο εμφάνισης μελλοντικών επιπλοκών.

### Το παιδί πρέπει να μετράει το σάκχαρό του:

- Πριν το πρωινό
- Πριν το γεύμα
- Πριν το δείπνο
- Πριν τον ύπνο

### Για την πλήρη παρακολούθηση του σακχάρου αίματος σε εντατικοποιημένο σχήμα ινσουλινοθεραπείας, μέτρηση γλυκόζης αίματος θα πρέπει να πραγματοποιείται:

- Δύο ώρες μετά την χορήγηση ινσουλίνης που χορηγήθηκε για την κατανάλωση γεύματος

### Ο προτεινόμενος αριθμός μετρήσεων κατά τη διάρκεια του εικοσιτετράωρου είναι 7 με 8.

### Θα πρέπει να γίνεται μέτρηση σακχάρου αίματος έκτακτα όταν:

- Κατά τη διάρκεια της νύχτας ο ασθενής αισθάνεται ανησυχία, εφίδρωση ή αν το σάκχαρο προ ύπνου είναι  $<100$  mg/dl
- Παραπονιέται ότι δεν αισθάνεται καλά
- Το παιδί έχει συμπτώματα υπογλυκαιμίας (εφίδρωση, ζάλη, αίσθημα πείνας)
- Πριν και μετά από οποιαδήποτε αθλητική δραστηριότητα και κατά τη διάρκεια αυτής, εάν η άσκηση είναι παρατεταμένη και εντατική ( $>30$  λεπτών)

## Διαδικασία Μέτρησης Σακχάρου Αίματος



1. Καθαρίζουμε καλά τα χέρια με σαπούνι και νερό και στεγνώνουμε καλά.

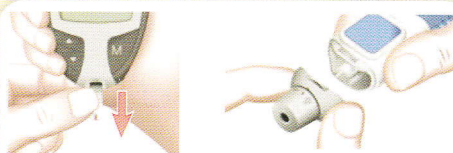


2. Τρυπάμε το δακτύλο στην κορυφή ή στο πλάι με το ειδικό στυλό.

3. Με μία παχειά σταγόνα αίματος καλύπτουμε την περιοχή της ταινίας μετρήσης. (3)



Προτεινόμενο μέγεθος σταγόνας



4. Πετάμε την ταινία μετρήσης και την βελόνα που χρησιμοποιήθηκε.

5. Γράφουμε το αποτέλεσμα στο ημερολόγιο αυτοελέγχου.

### ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ

Εάν δεν υπάρχει η δυνατότητα για πλύσιμο των χεριών, χρησιμοποιούμε αντισηπτικό, αντισηπτικά μαντιλάκια και στεγνώνουμε καλά την περιοχή.

#### Δεν τοποθετούμε τον μετρητή

- κάτω από τον ήλιο
- δίπλα στο τζάκι
- κοντά στο καλοριφέρ

Σε υψηλές θερμοκρασίες ο μετρητής μπορεί να δείξει λάθος το αποτέλεσμα.

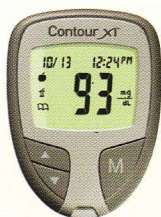
## Ημερολόγιο Αυτοελέγχου

Οι τιμές της γλυκόζης αίματος που προκύπτουν μετά την μέτρηση, καταγράφονται σε ένα ημερολόγιο αυτοελέγχου.

Η συμπλήρωση του ημερολογίου αυτοελέγχου αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της καθημερινότητας του παιδιού με ΣΔΤ1. Οι πληροφορίες που θα πρέπει να σημειώνονται είναι:

- η ημερομηνία και ώρα των μετρήσεων
- οι τιμές του σακχάρου αίματος
- οι δόσεις της ινσουλίνης
- το περιεχόμενο του διατολογίου
- γενικότερες πληροφορίες που αφορούν τις δραστηριότητές του παιδιού (π.χ. άθληση, διάβασμα, πάρτυ)
- σχόλια για ακραίες τιμές σακχάρου (υπογλυκαιμία-υπεργλυκαιμία)

Η σωστή χρήση του ημερολογίου αυτοελέγχου βοηθάει ώστε να προσαρμόζονται οι δόσεις της ινσουλίνης στις καθημερινές ανάγκες του παιδιού.



Μετρητής σακχάρου.



Ημερολόγιο αυτοελέγχου.

**Ο συστηματικός έλεγχος του Σακχάρου Αίματος αποτελεί το σημείο κλειδί για την σωστή αντιμετώπιση του Σακχαρώδους Διαβήτη**

**ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ:** ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ, ΕΚΠΑ

Τηλ.: 210 746 1485, e-mail: [nviolaki@nurs.uoa.gr](mailto:nviolaki@nurs.uoa.gr) [www.nurs.uoa.gr](http://www.nurs.uoa.gr)

Με την ευγενική χορηγία της Bayer Ελλάς  
ως εξουσιοδοτημένου διανομέα της

**ASCENSIA**  
Diabetes Care