

صحيفة وقائع للوالدين ومقدمي الرعاية

ما هو نقص السكر في الدم؟

يحدث نقص سكر الدم (ويسمى أيضا نقص مستوى السكر في الدم أو انخفاض مستوى السكر في الدم) عندما ينخفض مستوى الجلوكوز في الدم (BGL) إلى أقل من 4 ملمول/لتر أو عند وجود أعراض نقص سكر الدم عند مستوى قريب من 4 ملمول/لتر.

ما الذي يسبب النقص؟

وجود الكثير من الإنسولين

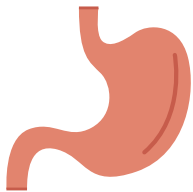
عدم تناول ما يكفي من الكربوهيدرات

التأخر في تناول وجبة أو وجبة خفيفة أو تخطيها

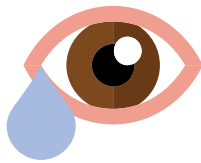
أن تكون نشطا بدنيا

أعراض نقص السكر

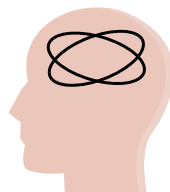
يمكن أن تشمل هذه:



الشعور بالجوع



البكاء



سرعة الانفعال



التعرق



صداع الراس

ارتجاف

الشعور بالتصرف المشوش

الشحوب

إذا كنت في شك، تعامل مع نقص السكر في الدم، ثم قم بإجراء فحص جلوكوز الدم. يجب معالجة BGL أقل من 4 ملمول/لتر حتى عندما لا توجد أعراض

العلاج

نقص طفيف أو متوسط في السكر

إذا كان الطفل واعياً ونتيجته لفحص BGL هي 4 ملمول/لتر أو أقل اتبع الخطوات التالية:

الخطوة 1

أعط أي واحد مما يلي. قد تحتاج إلى تشجيع الطفل على تناول الطعام أو الشراب



5-7 جيلي بينز



2-3 ملعقة شاي من السكر أو العسل



1 جل جلوكوز



1/2 علبة مشروب غازي (وليس فيها حمية)



1/2 كوب من عصير الفاكهة

الخطوة 2

أضف بعض الأطعمة الكربوهيدرات البطيئة الانطلاق مثل الفاكهة، السندويشة أو البسكويت. سيساعد هذا استقرار مستويات الجلوكوز في الدم. في حالة حدوث نقص بالسكر قبل موعد تناول الوجبة المجدولة أو الوجبة الخفيفة، إتبع علاج نقص السكر مع تلك الوجبة أو الوجبة الخفيفة بدلاً من ذلك.

إذا كان طفلك يستخدم مضخة الإنسولين، لانتوس أو ليفيمير، فقد لا يحتاج إلى الخطوة 2. عادة ما تختفي الأعراض بعد 10-15 دقيقة. ومع ذلك، إذا بقي BGL منخفضاً وظلت الأعراض موجودة، كرر الخطوة 1 وابقى مع الطفل.

نقص شديد بالسكر

إذا كان الطفل يعاني من نوبة أو فقد وعيه، احصل على مساعدة عاجلة بسرعة!

- لا تحاول إعطاء أي شيء عن طريق الفم
- مدد الطفل على جنبه في وضعية التعافي أو الإغماء، حافظ على مجرى الهواء خالياً
- اتصل بسيارة الإسعاف (000) وقل باللغة الإنجليزية (إذا كنت قادراً) أنها "حالة طوارئ لمرض السكري" "diabetes emergency" (سيستخدمون خدمة مترجم شفهي إذا كانت هناك أي صعوبة) أو في حالة توفرها وكنت مدرّباً لإعطائها، أعط حقنة الجلوكاجون* Glucagon
- ابقى مع الطفل حتى وصول المساعدة

* الجلوكاجون هو هرمون يرفع الـ BGL ويتم حقنه في العضلة الكبيرة في الجزء العلوي الأمامي من الساق.

تذكر أن نقص سكر الدم يمكن أن يحدث حتى 16 ساعة بعد التمرين. يمكنك تقليل خطر تأخير نقص سكر الدم عن طريق إجراء فحص إضافي لسكر الدم، مما يمنح الطفل المزيد من الكربوهيدرات و / أو تعديل جرعة الإنسولين.

**لمزيد من المعلومات، اتصل بـ Diabetes NSW& ACT على الرقم
1300 342 238 أو تفضل بزيارة الموقع as1diabetes.com.au**

هل أنت بحاجة الى مترجم؟

تتوفر خدمة مترجم شفهي على الهاتف للأشخاص الذين قد يجدون صعوبة في الفهم أو بالتحدث باللغة الإنجليزية. ويتم توفير خدمة الترجمة الشفهية عبر الهاتف (TIS) من قبل الحكومة والتي لديها إمكانية الحصول على مترجمين محترفين لما يقارب من 2000 لغة ولهجة ويمكنهم الاستجابة على الفور لمعظم الطلبات.

للحصول على مترجم:

1. ببساطة اتصل بالرقم 131450 للحصول على خدمة الترجمة الشفهية عبر الهاتف.
 2. اشرح الغرض من المكالمات على سبيل المثال. الرغبة في التحدث إلى خط المساعدة الوطني لخدمات مرض السكري (National Diabetes Services Scheme)
 3. سيقوم الموظف على الهاتف بإيصالك بمترجم شفهي باللغة المطلوبة مع مندوب تابع لخط مساعدة NDSS لإجراء محادثة ثلاثية.
- تم إعداد هذه الخدمة المجانية من قبل منظمة Diabetes Australia وسيتم تطويرها بمساعدة مديرية الحكومة الأسترالية للصحة والشيخوخة (Australian Government Department of Health and Ageing).