



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل  
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي  
King Fahad Hospital The University

# التحكم بالسكر خلال أيام المرض

## Sick days management



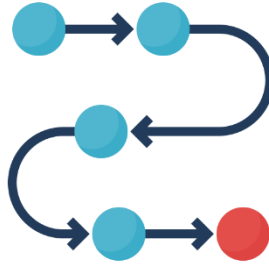
## التحكم بالسكر خلال أيام المرض :

إن السيطرة على السكري وإبقائه في مستويات منتظمة هدف مهم لكل شخص تم تشخيصه بالسكري، ولكن يزداد الأمر أهمية أثناء الأيام المرضية التي يكون فيها الشخص قد أصيب بأحد الأمراض مثل:



- البرد أو الأنفلونزا
- التهاب الحلق والالتهابات عموما
- الإصابات
- علاج أمراض الأسنان الشديدة
- الخضوع للجراحة
- الضغوط النفسية
- الدورة الشهرية عند الفتيات

أثناء المرض يكون الجسم في حالة ضغط، وليتمكن من التعامل معه فإنه يقوم بإفراز هرمونات ترفع السكر في الدم، بالإضافة إلى تقليل مفعول الأنسولين.



## قواعد للتعامل مع السكري في أيام المرض:

يجب قياس نسبة السكر في الدم كل ٢ - ٣ ساعات.



### • الأنسولين:

الجرعة التصحيحية:

○ فوق \_\_\_ تصحح بـ \_\_\_ من \_\_\_\_\_

لا تتوقف أبدًا عن استعمال الأنسولين القاعدي

(المنظم) تمامًا حتى عند حدوث القيء.



## • التغذية والسوائل:



- تناول طعامك العادي أما اذا كنت لاتستطيع الأكل فقم بتناول الطعام المخصص للوجبات في الوعات الصحية على أن يكون طعام سهل الهضم وخفيف على المعدة.



- اذا كنت تعاني من ارتفاع مستمر قي الحرارة أو كنت تشكو من الالسهال أو القيء فقد تفقد الكثير من السوائل لذا ينصح بشرب كوب أو كوب و نصف من الماء أو السوائل الخالية من السكر كل ساعة؛ وذلك لتجنب الجفاف.

## • قياس مستوى السكر :



يجب قياس نسبة السكر في الدم كل ٣ - ٤ ساعات.

## • الكيتونات والحموضة الكيتونية:

**الكيتون** مادة حمضية ضارة بالجسم تنشأ عن تكسير الدهون لإنتاج الطاقة عندما تعجز الخلايا عن حرق السكريات في الدم وتبدأ في الظهور في البول عند ازدياد الكمية. **الحموضة الكيتونية** تنتج عند إفراز الجسم مستويات عالية من أحماض الدم (الكيتونات).

## • أسباب الحموضة الكيتونية :

- عدم اخذ جرعات الانسولين خاصة الأنسولين القاعدي
- المجهود البدني في أوقات عدم انتظام سكر الدم وارتفاعه
- ارتفاع سكر الدم وعدم اخذ جرعات تصحيحية
- الضغوط
- المرض
- الدورة الشهرية لدى الفتيات

يجب الفحص الدائم للكيتونات عند المرض حتى لو  
كانت قراءة سكر الدم طبيعية



في حالة وجود أي استفراغ يجب التوجه للمستشفى  
فورا للحصول على المغذيات والسوائل اللازمة وذلك  
لمنع انخفاض السكر والجفاف.



## جدول يوضح قراءات الكيتونات وسكر الدم والإجراء المطلوب:

| مستوى السكر في الدم  |   |   | كيتونات البول                  |                                | كيتونات الدم                  |
|--|---|---|--------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|
| أكثر من ٤٠٠ ملجم/دل  | أكثر من ٢٥٠ - ٤٠٠ ملجم/دل   | أكثر من ١٨٠ - ٢٥٠ ملجم/دل   | المستوى                        | لون الشريط                     | ملمول/لتر                     |
| - تعطى الجرعة الاعتيادية واطافة تصحيح ب٢ وحدة اذا كان العمر أكثر من ٥ سنوات والوزن أكثر من ٢٥ كغ<br>- شرب سوائل خالية من السكر   | تعطى الجرعة الاعتيادية واطافة تصحيح ب١ وحدة<br>- شرب سوائل خالية من السكر     | طبيعي - لايلزم أي اجراء ويتم استكمال نفس الجرعات  | سلبية                          | لون طفيف / لا يوجد تغير باللون | أقل من ٠.٦                    |
| - تعطى الجرعة الاعتيادية واطافة تصحيح ب٢ وحدة اذا كان العمر أكثر من ٥ سنوات والوزن أكثر من ٢٥ كغ<br>- شرب سوائل خالية من السكر   | - تعطى الجرعة الاعتيادية واطافة تصحيح ب١-٢ وحدة<br>- شرب سوائل خالية من السكر | - تعطى الجرعة الاعتيادية واطافة تصحيح ب١ وحدة (أو اذا كانت قراءة السكر ٢٥٠ اذا كان العمر اقل من ٥ سنوات أو الوزن أقل من ٢٠ كغ)<br>- شرب سوائل تحتوي على سكر منخفض                                     | صغيرة الى متوسطة               | أرجواني فاتح                   | ٠.٦ الى ١.٠                   |
| - تعطى الجرعة الاعتيادية واطافة تصحيح ب٢-٣ وحدة اذا كان العمر أكثر من ٥ سنوات والوزن أكثر من ٢٥ كغ<br>- شرب سوائل خالية من السكر | - تعطى الجرعة الاعتيادية واطافة تصحيح ب٢-٣ وحدة<br>- شرب سوائل خالية من السكر | - تعطى الجرعة الاعتيادية واطافة تصحيح ب١-٢ وحدة (أو اذا كانت قراءة السكر ٢٥٠ اذا كان العمر اقل من ٥ سنوات أو الوزن أقل من ٢٠ كغ)<br>- شرب سوائل تحتوي على سكر منخفض+اطافة نشويات صلبة لتفادي الانخفاض | متوسطة الى كبيرة<br>كبيرة جداً | أرجواني غامق<br>أرجواني قاتم   | من ١.٠ الى ٣.٠<br>أكثر من ٣.٠ |



المصادر والمراجع:

جميع الصور محفوظة الحقوق لـ Flaticon.com

المراجعة والتدقيق:

تمت مراجعة محتوى هذا الكتيب من قبل استشاريين عدد صماء وسكري  
أطفال بمستشفى الملك فهد الجامعي

## قسم التوعية الصحية

IAU-21-188



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل  
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي  
King Fahad Hospital The University