

Bijlage 2. Hypoglykemie (hypo) een lage bloedsuiker bij pomptherapie Glucose lager dan 4 mmol/l

Als er te weinig suiker (glucose) in je bloed zit, noemen we dit met een Latijns woord een hypoglykemie. Afgekort hypo, dit betekent laag. Als je een pomp gebruikt heb je een hypo als je bloedsuiker lager is dan 4 mmol/l.

Hoe krijg je een hypo?

Als je bloedsuikergehalte daalt, kan dit met de insulinepomp te maken hebben:

- De snelheid van de pomp is te hoog.
- De boluswizard is niet goed ingesteld.

Je bloedsuikergehalte daalt ook als:

- Je minder eet dan je aan koolhydraten hebt ingevoerd.
- Je meer beweegt dan normaal, bijv. door te sporten of buiten te spelen.
- Het erg warm is.
- Je alcohol hebt gedronken.
- Je stress hebt.

Wat doe je als je een hypo hebt?

Zodra je denkt te voelen dat je een hypo hebt, moet je je bloedsuiker prikken. Dan kun je controleren of je bloedsuiker ook echt te laag is (onder de 4 mmol/l).

Heb je een hypo vlak voor een maaltijd?

- Neem de goede hoeveelheid glucose = dextrose of siroop (kijk in het schema).
- Wacht een kwartier en controleer je bloedsuiker.
 - Als je bloedsuiker nog steeds lager is dan 4 mmol/l, neem dan nog 1 keer dezelfde hoeveelheid glucose. Controleer na een kwartier opnieuw.
 - Als je bloedsuiker boven de 4 mmol/l is, ga dan je gewone maaltijd eten.

Voer in de insulinepomp de volgende gegevens in:

Je bloedsuikergehalte aan het begin van de hypo (de eerste meting) en de gebruikte koolhydraten. De pomp berekent dan hoeveel insuline je nodig hebt (geeft hierbij een negatieve correctie).

Heb je een hypo meer dan een half uur voor een maaltijd?

- Neem de goede hoeveelheid glucose = dextrose of siroop (kijk in het schema).
- Wacht een kwartier en controleer je bloedsuiker.
 - Als je bloedsuiker nog steeds lager is dan 4 mmol/l, neem dan nog een keer dezelfde hoeveelheid glucose en controleer na een kwartier opnieuw.Je hoeft niet extra te eten. De hoeveelheid glucose die je inneemt is voldoende om overdag te kunnen wachten op je tussendoortje of de maaltijd die als eerstvolgende komt.
Eventueel eet je je tussendoortje of maaltijd iets eerder.

Heb je een hypo voor het slapen, in de avond of in de nacht?

- Neem de goede hoeveelheid glucose = dextrose of siroop (kijk in het schema).
- Wacht een kwartier en controleer je bloedsuiker.
 - Als je bloedsuiker nog steeds lager is dan 4 mmol/l, neem dan nog een keer dezelfde hoeveelheid glucose en controleer na een kwartier opnieuw.
 - Is je bloedsuiker 4 mmol/l of hoger neem dan nog 15-20 koolhydraten (KH) in de vorm van een koekje of vla.

Voer in de insulinepomp de volgende gegevens in:

Je bloedsuikergehalte aan het begin van de hypo (de eerste meting) en de gebruikte koolhydraten. De pomp berekent dan hoeveel insuline je nodig hebt (geeft hierbij een negatieve correctie).

Glucose schema – het innemen van dextrose of siroop

Hypo met bloedsuiker onder de 4 en boven de 2,5mmol/l

(0,15 gram per kg lichaamsgewicht)

Lichaamsgewicht	Dextrosetablet	Siroop
10 kg	0.5 tablet	
20 kg	1 tablet	0.5 eetlepel
30 kg	1,5 tablet	
40 kg	2 tabletten	1 eetlepel
50 kg	2,5 tablet	
60 kg	3 tabletten	2 eetlepel
70 kg	3,5 tablet	

Dit schema gaat uit van dextrosetabletten van 3 gram KH per tablet.

Met siroop wordt gewone ranja met suiker bedoeld

Hypo met bloedsuiker onder de 2,5mmol/l

Lichaamsgewicht	Dextrosetablet	Siroop
10 kg	1 tablet	
20 kg	2 tabletten	1 eetlepel
30 kg	3 tabletten	
40 kg	4 tabletten	2 eetlepel
50 kg	5 tabletten	
60 kg	6 tabletten	3 eetlepel
70 kg	7 tabletten	

Dit schema gaat uit van dextrosetabletten van 3 gram KH per tablet.

Met siroop wordt gewone ranja met suiker bedoeld

Als je sport gelden er andere regels. Bespreek dit met je kinderdiabetesverpleegkundige.

