

تعديل جرعات الإنسولين



معهد دسمان للسكري
Dasman Diabetes Institute



مركز
Center



تعديل
جرعات
الإنسولين

إذا كانت معدلات قراءات السكر الصيامي أو بعد الوجبات خارج نطاق المعدلات المطلوبة بالنسبة للمصابين بالسكري والمعتمدين على إبر الإنسولين، فإن الأمر يستلزم تعديل جرعات الإنسولين لاستهداف نطاق السكر المطلوب دون حدوث ارتفاعات أو هبوطات في معدلات السكر.

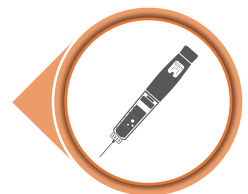
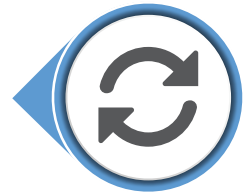
عادة ما يتم تعديل جرعات الإنسولين بواسطة طبيب السكر المعالج وفي بعض الأحيان يمكنك تعديل الجرعات في حدود بسيطة لحين موعده مع طبيبك في أقرب وقت ممكن.

قبل أخذ أي قرار بتعديل جرعات الإنسولين يجب التأكد من التالي:

أي تغيير طرأ على نظام الأكل، أو النشاط البدني، أو تعاطي أي أدوية ممكن أن تسبب ارتفاعات لمستويات سكر الدم، أو الحالة الصحية مثل المرض أو الإصابة بأي التهابات أو جروح أو التعرض لضغط نفسي أو الدورة الشهرية بالنسبة للسيدات.

فاعلية و عمل جهاز السكر بشكل صحيح ودقة قراءات السكر.

صلاحية الإنسولين وطريقة تخزينه ودقة الجرعة والوقت المناسب للجرعة وأماكن الحقن الصحيحة وتدويرها بالشكل الصحيح.



إرشادات عامة لتعديل جرعات الإنسولين:



ينصح بإجراء تعديلات على الإنسولين
تحسباً للتغيرات في خطة الوجبات أو
النشاط أو من خلال النظر بأثر رجعي
في قراءات سكر الدم.



عند تقييم مستويات السكر في
الدم بأثر رجعي، ابحث عن
قراءات سكر الدم أكثر من 3 أيام
لدى الأطفال و البالغين، ولكن في
حالة الحمل يتم تقييم قراءات
السكر لآخر يومين.



عند ضبط الإنسولين طويل المدى
اللانтус أو الليفيمير (Lantus/
Levemir) لا ينصح بتعديل
الجرعة قبل انقضاء 3 أيام على
آخر تعديل.



عند ضبط الإنسولين طويل
المدى التوجيو أو التريسيبا
(Toujeo/Tresiba) لا ينصح
بتعديل الجرعة قبل مضي
5-7 أيام على آخر تعديل.

إرشادات عامة لتعديل جرعات الإنسولين:



إذا كانت كل مستويات السكر في الدم مرتفعة طوال اليوم، ركز أولاً على خفض مستوى السكر الصيامي. ثم قم بضبط مستويات سكر الدم قبل الغداء ثم قبل العشاء ثم قبل النوم، ينصح بشكل عام تعديل جرعة إنسولين واحدة في كل مرة يتم فيها التعديل.



قد تحتاج إلى زيادة عدد مرات فحص سكر الدم خلال فترات تعديل الإنسولين.



تحديد نوع الإنسولين الذي يبلغ ذروة فعاليته في وقت ارتفاع أو نقص السكر في الدم وضبطه.



إذا لم يحدث التحسن المتوقع في مستويات سكر الدم بعد عدة محاولات من تعديل الجرعات، لا تتردد في استشارة طبيبك المعالج أو أخصائي التنقيف.



إذا حدث هبوط غير مبرر بسكر الدم ليلاً أو بعد مرور أكثر من 4 ساعات على تناول الوجبة، عندها يجب تقليل جرعة الإنسولين طوال المدى.

تعديل جرعات الإنسولين في حال ارتفاع السكر

إذا ارتفع سكر الدم لديك في نفس الوقت من اليوم ولمدة ثلاثة أيام متتالية، عليك اتباع الإرشادات التالية:

إذا كان الارتفاع في مستويات سكر الدم الصيامي، عليك بفحص السكر بين الساعة 2-4 صباحاً:

- إذا كان سكر الدم الصيامي لديك مرتفعاً مقارنةً بقراءة سكر الدم قبل النوم، عليك بزيادة جرعة الإنسولين طويل المدى بنسبة 10% من الجرعة الأساسية (بمعنى إذا كانت الجرعة الأساسية 10 وحدات مثلاً يتم زيادة الجرعة بمقدار 10% منها، أي ما يعادل وحدة واحدة فتصبح الجرعة بعد التعديل 11 وحدة).

إذا كان الارتفاع في مستويات سكر الدم لديك بعد ساعتين أو أكثر من الوجبات، قم بزيادة كمية الإنسولين سريع المفعول للوجبة التي حدث الارتفاع بعدها.

- إذا كانت جرعة الإنسولين سريع المفعول أقل من 10 وحدات، قم بزيادة الجرعة بمعدل وحدة واحدة.
- إذا كانت جرعة الإنسولين سريع المفعول أكثر من 10 وحدات، فيمكنك زيادة الجرعة بمعدل 10-20% من الجرعة الأساسية (مثال إذا كانت الجرعة 20 وحدة، يمكنك إذا زيادة الجرعة بوحدتين لتصبح 22 وحدة).

يسمح فقط بتعديل الجرعة لمرتين متتاليتين فقط دون استشارة الطبيب المعالج، وأي زيادة إضافية قد تحتاجها يجب عليك استشارة الطبيب أو اختصاصي تثقيف السكري.

بعد زيادة الإنسولين،
انتظر ثلاثة أيام قبل
أن تقوم بأي تعديل
للجرعة من جديد.

تعديل جرعات الإنسولين في حال انخفاض السكر

إذا انخفض سكر الدم لديك ولم يكن هنالك سبب يتعلق بزيادة النشاط البدني أو تقليل كميات الطعام، أو لزيادة متعمدة في جرعات الإنسولين، عليك اتباع الإرشادات التالية:

إذا كان سكر الدم الصيامي لديك منخفض مقارنة بقراءة قبل النوم، عليك بتقليل جرعة الإنسولين طويل المدى بنسبة 10% من الجرعة الأساسية (مثلاً إذا كانت الجرعة 10 وحدات، يتم تقليل الجرعة وحدة واحدة لتصبح 9 وحدات).

إذا حدث هبوط في مستويات السكر أثناء النوم، فعليك بتقليل جرعة الإنسولين طويل المدى بنسبة 20-30% من الجرعة الأساسية (مثلاً إذا كانت الجرعة 10 وحدات، تخفض إلى 8 وحدات).

إذا كان الانخفاض في مستويات سكر الدم لديك بعد الأكل، قم بتقليل كمية الإنسولين سريع المفعول للوجبة التي يحدث بعدها الهبوط

- عند حدوث حالة هبوط واحدة (دون سبب معروف) قم بتعديل الجرعة بمعدل 1 - 2 وحدة في اليوم التالي.
- إذا كانت جرعة الإنسولين سريع المفعول أقل من 10 وحدات، قم بتقليل الجرعة بمعدل وحدة واحدة.
- إذا كانت جرعة الإنسولين سريع المفعول أكثر من 10 وحدات، فيمكنك تقليل الجرعة بمعدل 10-20% من الجرعة الأساسية.

إذا لم يحدث تحسن في قراءات السكر في الدم بعد أن قمت بتقليل الجرعة في المرة الأولى، قم بتقليلها مرة أخرى بمعدل 1-2 وحدة، واتصل بالطبيب المعالج أو باختصاصي تثقيف السكري لطلب النصيحة بخصوص ذلك.

CONTACT US

SWITCHBOARD: + (965) 2224 2999

HOTLINE: + (965) 1877 877

FAX: + (965) 2249 2436

OR VISIT US AT: www.dasmaninstitute.org

 [dasmaninstitute](https://www.instagram.com/dasmaninstitute)

 [dasmaninstitute](https://twitter.com/dasmaninstitute)

 [dasmaninstitutekwt](https://www.youtube.com/dasmaninstitute)

 [dasmandiabetesinstitute](https://www.facebook.com/dasmandiabetesinstitute)