

Schema bij 2 maal daags insuline gebruik Novomix 30 of Humalog MIX 25

Zelfregulatie bij diabetes mellitus

STREEFWAARDEN

Voor de maaltijden: gluc. 5 - 6.5 mmol/l
1,5 uur na de maaltijd: gluc. 6.5 -7.5 mmol/l
Voor het slapen: gluc. 7 - 8 mmol/l

Om de hoeveelheid glucose in uw bloed binnen deze streefwaarden te houden heeft de diabetesverpleegkundige met u een schema afgesproken waarbij u tweemaal per dag een mix insuline gebruikt. Voorbeelden van mix insulines zijn Novomix 30 of HumalogMix 25. Zie daarvoor uw Diabetesdagboek.

WAT IS HbA1c

HbA1c is een stof in uw bloed waaraan de verpleegkundige kan aflezen of uw diabetes de afgelopen twee tot drie maanden goed is gereguleerd. HbA1c bestaat uit hemoglobine waaraan glucose is gehecht. Hemoglobine is een eiwit in de rode bloedcellen. Wanneer u een grotere hoeveelheid glucose in uw bloed hebt, leidt dit tot een hoger percentage hemoglobine dat glucose bevat (HbA1c). Omdat rode bloedcellen ongeveer twee tot drie maanden leven, kan de verpleegkundige aan de hand van het percentage HbA1c in uw bloed aflezen of de glucose de afgelopen twee tot drie maanden goed is gereguleerd.

De verpleegkundige hanteert de volgende streefwaarden voor het HbA1c:

streefwaarden	goed	aanvaardbaar	slecht
HbA1c	5 - 7	7 - 8	boven 8.0
Hba1c vanaf 6 april 2010	31 - 53	53 - 64	boven 64

Zoals u in bovenstaande tabel kunt zien verandert de Hba1c waarde vanaf april 2010. Vanaf die tijd wordt het Hba1c in een nieuwe eenheid aangegeven. De eenheid van de Hba1c waarde verandert dan van % naar mmol/mol.

Internationaal wordt dan dezelfde eenheid voor het aangeven van de Hba1c waarde gehanteerd.

CORRECTIES

Indien u bij de zelfcontrole glucosewaarden vindt afwijkend van de hiervoor gemelde streefwaarden dan is het raadzaam de afgesproken hoeveelheid insuline te corrigeren. Maar let op: U mag de insulinedosis slechts eenmaal in de drie dagen verhogen, omdat anders gevaar voor hypo's ontstaat.

Op de achterzijde van deze folder staat wat u bij afwijkende glucosewaarden moet doen. De ochtenddosis verandert u alleen als de glucosewaarden van beide metingen voor het middageten en voor de avondmaaltijd te hoog of beide te laag zijn. De avonddosis wijzigt u als de metingen voor het slapen en nuchter beide te hoog of beide te laag zijn.

In enkele gevallen moet u na één afwijkende waarde al actie ondernemen.

Die gevallen staan in het schema op de achterzijde vermeld.

HYP0'S

Bij een hypo is het raadzaam de insulinedosering te verminderen. Belangrijk is dan de insulinedosering te verlagen die u **voorafgaand aan de hypo** heeft toegediend!

Deze verlaagde insuline dosering kunt u dus pas op de volgende dag gaan toepassen. Eventueel kunt u wel **de eerste dosis na de hypo** eenmalig met 2 tot 4 eenheden verminderen. Een hypo kunt u het best opvangen door een glas vruchtensap te drinken of 5 tot 6 tabletten dextro energy in te nemen.

Zie het schema:

GEMETEN WAARDE

ACTIE

gluc. V.M. 9 – 12 mmol/l en
gluc. V.A. 9 – 12 mmol/l

ochtenddosering met 2 eenheden omhoog

gluc. V.M. 13 – 16 mmol/l en
gluc. V.A. 13 – 16 mmol/l

ochtenddosering met 4 eenheden omhoog

gluc. V.S. 9 – 12 mmol/l en
gluc. nuchter 9 – 12 mmol/l

avonddosering met 2 eenheden omhoog

gluc. V.S. 13 – 16 mmol/l en
gluc. nuchter 13 – 16 mmol/l

avonddosering met 4 eenheden omhoog

gluc. V.M. minder dan 4 mmol/l en
gluc. V.A. 9 – 12 mmol/l

overleggen met diabetesverpleegkundige

gluc. V.M. 9 – 12 mmol/l en
gluc. V.A. minder dan 4 mmol/l

overleggen met diabetesverpleegkundige

Bij hypoklachten V.M. of V.A.

direct een glas vruchtensap drinken of 5 à 6 tabletten dextro energy nemen; de volgende dag ochtenddosering met 2 eenheden omlaag. Bij een hypo vóór de avondmaaltijd éénmalig 2 tot 4 eenheden minder spuiten bij het avondeten en direct eten

Bij hypoklachten V.S., 's nachts of nuchter

avonddosering met 2 eenheden omlaag

gluc. nuchter of V.A. 2 – 3 mmol/l

direct een glas vruchtensap drinken; eerstvolgende dosis eenmalig met 4 eenheden omlaag; dan direct eten

gluc. V.S. 9 – 12 mmol/l en zakt in de nacht tot onder de 4 mmol/l

de diabetesverpleegkundige bellen

gluc. op enig moment boven de 16 mmol/l

de diabetesverpleegkundige bellen

gluc. V.S. minder dan 4 mmol/l

glas vruchtensap en 1 boterham

gluc. V.S. 4 – 7 mmol/l

1 boterham

Deze brochure is opgesteld door het diabetesteam van het Slotervaartziekenhuis