

ΥΠΟΓΛΥΚΑΙΜΙΑ

ΤΣΟΥΤΣΑΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ

ΕΝΔΟΚΡΙΝΟΛΟΓΟΣ - ΔΙΑΒΗΤΟΛΟΓΟΣ
ΥΠΟΨΗΦΙΟΣ ΔΙΔΑΚΤΩΡ Α.Π.Θ.

ΥΠΟΓΛΥΚΑΙΜΙΑ

«Αν δεν υπήρχαν οι αρνητικές επιδράσεις της υπογλυκαιμίας, ο σακχαρώδης διαβήτης θα ήταν σχετικά εύκολο να αντιμετωπιστεί»

ΥΠΟΓΛΥΚΑΙΜΙΑ

- Υπογλυκαιμία ορίζεται η πτώση της συγκέντρωσης γλυκόζης στο πλάσμα **< 70 mg/dl**



ΚΑΤΑΤΑΞΗ ΚΑΤΑ ADA

- Σοβαρή υπογλυκαιμία ορίζεται το επεισόδιο στο οποίο η πνευματική κατάσταση του ασθενούς είναι τόσο διαταραγμένη ώστε να μην είναι σε θέση να αντιμετωπίσει μόνος του το επεισόδιο αυτό και χρειάζεται την βοήθεια άλλων ατόμων.
- Τεκμηριωμένη ή συμπτωματική υπογλυκαιμία (συμπτώματα και γλυκόζη πλάσματος <70 mg/dl)
- Πιθανή υπογλυκαιμία (συμπτώματα χωρίς μέτρηση γλυκόζης πλάσματος)
- Σχετική υπογλυκαιμία (συμπτώματα και γλυκόζη πλάσματος >70 mg/dl)

ΑΝΕΠΙΓΝΩΣΤΗ ΥΠΟΓΛΥΚΑΙΜΙΑ

- Πολύ συχνά, τα συμπτώματα της υπογλυκαιμίας εμφανίζονται όταν τα επίπεδα γλυκόζης στο αίμα πέσουν κάτω από 70 mg/dL. Όμως, πολλοί άνθρωποι έχουν μετρήσεις γλυκόζης αίματος κάτω από αυτό το επίπεδο και δεν αισθάνονται συμπτώματα.
- Σε αυτήν την περίπτωση η υπογλυκαιμία εμφανίζεται ξαφνικά, χωρίς προειδοποίηση και μπορεί να γίνει πολύ σοβαρή. Ακόμα και ένα πρόσφατο επεισόδιο υπογλυκαιμίας μπορεί να κάνει δύσκολη την αναγνώριση του επόμενου επεισοδίου.

ΑΝΕΠΙΓΝΩΣΤΗ ΥΠΟΓΛΥΚΑΙΜΙΑ

- 25% των ασθενών σε ινσουλινοθεραπεία, σχεδόν πάντα σε άτομα με ΣΔ1.
- συχνά χαμηλά επίπεδα γλυκόζης στο αίμα (που μπορεί να προκαλούν την απώλεια αισθησης των συμπτωμάτων της υπογλυκαιμίας)
- διαβήτης για μεγάλο χρονικό διάστημα
- αυστηρή ρύθμιση διαβήτη (που αυξάνει τις πιθανότητες χαμηλών επιπέδων γλυκόζης στο αίμα)

ΥΠΟΓΛΥΚΑΙΜΙΑ-ΕΠΙΔΗΜΙΟΛΟΓΙΑ

- Πολλές μελέτες δείχνουν υψηλή συχνότητα στο διαβήτη τύπου 1
- Στη μελέτη DCCT, περισσότερο από το 50% των σοβαρών υπογλυκαιμιών ήταν κατά τη διάρκεια του ύπνου
- Το 2011 στις ΗΠΑ, καταγράφηκαν 282.000 επισκέψεις ενηλίκων ασθενών στα επείγοντα για υπογλυκαιμία

ΑΙΤΙΕΣ ΥΠΟΓΛΥΚΑΙΜΙΑΣ

- Υπερβολικές δόσεις ινσουλίνης ή σουλφονουλουριών
- Αυξημένη άσκηση (χωρίς κάλυψη με υδ/κες)
- Ανεπαρκής λήψη υδατανθράκων
- Παράλειψη γεύματος
- Κατάχρηση αλκοόλ

ΑΙΤΙΕΣ ΥΠΟΓΛΥΚΑΙΜΙΑΣ

- Φάρμακα (βαρφαρίνη, φιβράτες, αναστολείς ΜΑΟ)
- Συνύπαρξη ενδοκρινολογικών παθολογιών (π.χ. Addison, υποθυρεοειδισμός)
- Ινσουλίωμα (αυτόματη υπογλυκαιμία)
- Συνύπαρξη νεφρικής ανεπάρκειας.

ΥΠΟΓΛΥΚΑΙΜΙΑ ΣΤΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΔΙΑΒΗΤΗ

- Αντιδιαβητικά φάρμακα: ινσουλίνη, σουλφονουλουρίες, γλινίδες
- Παράληψη, καθυστέρηση ή μικρή ποσότητα γεύματος
- Αυξημένη σωματική δραστηριότητα
- Αλκοολούχα ποτά

ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ

ΠΡΩΙΜΑ

Πείνα

Κεφαλαλγία

Αίσθημα παλμών

Τρόμος

Ζαλάδα

Ευερεθιστότητα

Εφίδρωση



Κεφαλαλγία



Έντονη πείνα



Ταχυκαρδία



Εφίδρωση



Τρόμος

ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ

- Όταν ο εγκέφαλος παραμένει χωρίς γλυκόζη, ακολουθούν συμπτώματα από το ΚΝΣ

- Σύγχυση
- Αδυναμία σκέψης/ομιλίας
- Αποπληξία
- Κώμα



ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ

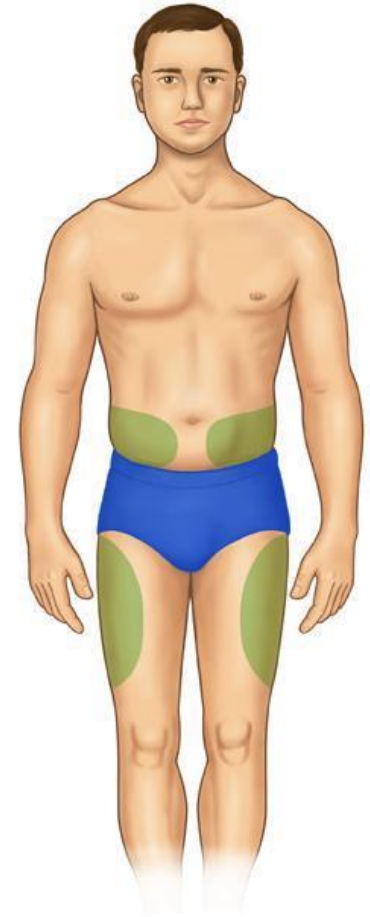
- Υπογλυκαιμία μπορεί να εμφανιστεί και κατά τη διάρκεια του ύπνου
- Εφιάλτες ή φωνές στον ύπνο
- Υγρά σεντόνια ή ρούχα από την εφίδρωση
- Αίσθημα κόπωσης, ευερεθιστότητα ή σύγχυση κατά την αφύπνιση

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΥΠΟΓΛΥΚΑΙΜΙΑΣ (ΚΑΝΟΝΑΣ 15/15)

- 1) Κάνουμε μέτρηση και αν $\text{Glu} < 70\text{mg/dl}$
- 2) Λαμβάνουμε **15gr** γρήγορους υδατάνθρακες
3 με 4 ταμπλέτες γλυκόζης
1/2 ποτήρι χυμό (όχι φυσικό)
1/2 ποτήρι αναψυκτικό (όχι light)
2 καραμέλες gelo (7.5 gr η μια)
Όχι ζάχαρη ή μέλι
- 3) Μέτρηση ξανά σε 15 λεπτά

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΥΠΟΓΛΥΚΑΙΜΙΑΣ

- ΕΝΕΣΙΜΗ ΓΛΥΚΑΓΟΝΗ



ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΥΠΟΓΛΥΚΑΙΜΙΑΣ



ΡΙΝΙΚΗ ΓΛΥΚΑΓΟΝΗ

ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΣ ΑΣΘΕΝΕΙΣ

- Ποτέ κατανάλωση αλκοόλ με άδειο στομάχι
- Λήψη υδατανθράκων κατά τη διάρκεια της άσκησης
- Μετά από έντονη άσκηση, έλεγχος επίσης της γλυκόζης κατά τη διάρκεια της νύχτας

ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΣ ΑΣΘΕΝΕΙΣ

- Πάντα να κουβαλάνε μαζί χυμό, καραμέλες ή ταμπλέτες γλυκόζης
- Προσοχή στην οδήγηση . Η πρόληψη υπογλυκαιμίας την ώρα της οδήγησης είναι πολύ σημαντική. Πρέπει να ελέγχουν το σάκχαρο συχνά και να τρώνε σνακ αν χρειάζεται ώστε η τιμή να μην είναι χαμηλότερη από 70 mg/dL ώστε να μην προκαλέσουν ατύχημα.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

- Τα υπογλυκαιμικά επεισόδια επηρεάζουν σε μεγάλο βαθμό την ποιότητα ζωής των ασθενών
- Η υπογλυκαμία είναι το μεγαλύτερο εμπόδιο στη ρύθμιση των ατόμων με σακχαρώδη διαβήτη και για τους ασθενείς αλλά και για τους ιατρούς