

# HIPOGLICEMIA - Cum poți gestiona o criză! (sfatul medicului)



2017-03-28 16:26:28

## HIPOGLICEMIA

**CE INSEAMNĂ,** o stare patologică în care nivelul zahărului din sange (glicemia) scade, din diferite motive, sub nivelul normal. Hipoglicemia se manifestă diferit, în funcție de severitatea scăderii, de starea și vârsta pacientului și de care o produc.

Hipoglicemia nu se recunoaște întotdeauna foarte ușor, dacă nu avem posibilitatea rapidă de a măsura valoarea zahărului din sange.

În majoritatea cazurilor, hipoglicemia este legată de dezechilibrele alimentare. De aceea este important ca alimentele să acopere necesarul de energie al organismului. Excelente surse de energie sunt glucidele din pâine, cereale integrale, orezul.

**SIMPTOME:** dacă ne aflăm în fața unei persoane ce prezintă transpirație, stare de agitație, uneori confuzie cu tremurături ale degetelor, tulburări de vedere, senzație de foame, bătăși accelerate ale inimii, dureri de cap, există "suspiciunea rezonabilă" că această persoană ar putea să sufere o hipoglicemie!

**CE TREBUIE FĂCUT** dacă persoana în cauză este cufuzată în stradă, în stare de leșin - formă severă - avem grijă de căile respiratorii, după care, în funcție de gradul de cooperare, fie se presară zahăr direct în cavitatea bucală (care, din fericire, se absoarbe imediat), fie i se dă ceva dulce, ce avem la îndemână (bomboane, glucoza tablete, etc...).

În această formă zahărul se absoarbe rapid și efectul este spectaculos, pacientul putându-se reveni în câteva minute. Dacă este instalată "starea de bine" puteți ajuta în continuare pacientul conducându-l la cea mai apropiată unitate sanitară!

Astfel, veți avea neapărat ocazia de a vă ajuta un semen și asta sigur vă va face ziua mai frumoasă.

**DESPRE SĂNĂTATE...NUMAI DE BINE, VĂ, UREZ!**

**Dr. ADRIANA CARMEN TUȘESCU** diabet zaharat, nutriție și boli metabolice - Spitalul Județean Argeș