

İNSÜLİN DOZUNU DEĞİŞTİRMEK

How to Alter Your Insulin Dose – in Turkish

İnsülin iğnesini kullanırken kan şekerinizi ölçmeye devam etmeniz, kan şekeri seviyesindeki değişimi görmeniz açısından önemlidir.

İnsülin iğnesi kullanmaya başladığınızda kan şekeri seviyenizdeki değişime göre insülin dozunu değiştirebilirsiniz.

Aşağıdaki bilgiler bir kılavuz görevini yerine getirmektedir. Eğer daha fazla bilgiye ihtiyacınız varsa lütfen doktorunuzla veya uzman hemşirenizle irtibat haline geçin:.....

Unutmayın ki kan şekeri seviyeniz 4 ile 10 arasında ise bu insülini doğru dozda alıyorsunuz anlamına gelir.

İnsülin Dozu Nasıl Değiştirilir?

Eğer kan şekeriniz gündüz ve akşam vakti 10 ile 15 arası ise insulin dozunu aşağıda önerildiği gibi yükseltin:

KAHVALTIDAN ÖNCE	2 ÜNİTE arttırın
AKŞAM YEMEĞİNDEN ÖNCE	2 ÜNİTE arttırın

Örnek 1:

İnsülin Dozu	Kahvaltıdan Önce	Kahvaltıdan 2 Saat Sonra	Öğle Yemeğinden Önce	Öğle Yemeğinden 2 Saat Sonra	Akşam Yemeğinden Önce	Akşam Yemeğinden 2 Saat Sonra	Yatağa Gitmeden Önce
12 ünite sabah, 8 ünite akşam	10.4	13.2		14.7		13.5	
12 ünite sabah, 8 ünite akşam	9.6		10.7			14.9	13.8
12 ünite sabah, 8 ünite akşam	11.1	14.7			8.7		

Eğer kan şekeri seviyeniz çoğunlukla ve üç gün boyunca 10 ile 15 arası ise insulin dozunu sabah 14 üniteye akşam ise 10 üniteye çıkarın.

İnsülin dozunu bu arttırdığınız seviyede 3 gün boyunca tutun ve eğer kan şekeri seviyeniz hala 10 ile 15 mmol/L arasında ya da daha yüksek ise insulin dozunu her üç günde bir kan şekeriniz 4 ile 10 mmol/L seviyesine düşünceye kadar arttırın.

Eğer kan şekeri seviyeniz gündüz ya da gece çoğunlukla 15mmol/L ve üstünde ise insulin dozunu aşağıda önerildiği gibi arttırın:

KAHVALTIDAN ÖNCE	4 ÜNİTE arttırın
AKŞAM YEMEĞİNDEN ÖNCE	4 ÜNİTE arttırın

Örnek 2:

İnsülin Dozu	Kahvaltıdan Önce	Kahvaltıdan 2 Saat Sonra	Öğle Yemeğinden Önce	Öğle Yemeğinden 2 Saat Sonra	Akşam Yemeğinden Önce	Akşam Yemeğinden 2 Saat Sonra	Yatağa Gitmeden Önce
12 ünite sabah, 8 ünite akşam	13.2	19.3		17.2			21.3
12 ünite sabah, 8 ünite akşam	14.5	18.7	13.9	19.8		14.9	13.8
12 ünite sabah, 8 ünite akşam		17.3		25.4		19.4	20.7

Eğer kan şekeri seviyeniz çoğunlukla ve üç gün boyunca 15mmol/L dan büyük ise insulin dozunu sabah 16 üniteye akşam ise 12 üniteye çıkarın.

İnsülin dozunu bu arttırdığınız seviyede 3 gün boyunca tutun ve eğer kan şekeri seviyeniz hala 15 mmol/L dan yüksek ise insulin dozunu her üç günde bir kan şekeriniz 10 ile 15 mmol/L seviyesine düşünceye kadar (4 ünite arttırın) arttırın. Kan şekeri seviyeniz 10 ile 15 mmol/L arasına düştüğünde örnek 1' de tavsiye edilen doza dönebilirsiniz.