



Diabetes og høyt blodsukker (hyperglykemi)

Hyperglykemi betyr at blodsukkeret er blitt høyere enn vanlig.

Det kan skyldes at du har glemt å ta insulin eller tabletter, ikke har satt nok insulin i forhold til matinntaket, eller at insulinbehovet er blitt større enn vanlig på grunn av sykdom, feber, skade eller stress.

Blodsukkeret hos dem som ikke har diabetes ligger stort sett mellom 4 og 8 mmol/liter. Ved diabetes er kontrollen regnet som svært god hvis det fastende blodsukkeret er mellom 4 og 6, og helst lavere enn 10 mmol/l et par timer etter måltid.

Symptomer

- Økt vannlatingshyppighet.
- Mye urin.
- Tørste og tørrhet i munn og slimhinner.
- Rask og kraftig pusting.
- Gradvis dårligere allmenntilstand.
- Oppkast og magesmerter.
- Sløvhets eller bevisstløshet.
- Pusten kan lukte aceton (neglelakkfjerner).

Disse symptomene er ofte de første tegnene på diabetes, gjerne sammen med vekttap. Har du type 1-diabetes og disse symptomene, bør du også måle ketonstoffer i urinen med en urin-stiks. Er det ketoner i urinen, er dette et fares-

ignal om at du enten er i ferd med å utvikle eller at du allerede har en syreforgiftning (ketoacidose – se under). Du kan også få små mengder ketoner i urinen ved faste og etter en føling, men da er blodsukkeret ikke høyt.

Det finnes nå også stiks som kan måle ketonlegemene i blod. Dette kan være nyttig, spesielt under graviditet og hos insulinpumpebrukere.

Syreforgiftning – diabetisk koma

Type 1-diabetes

Ved type 1-diabetes kan høyt blodsukker utvikle seg videre til syreforgiftning (ketoacidose). I urinen omdannes da ketosyrer til aceton – som også pustes ut, slik at det lukter aceton av pusten. Ikke alle kan kjenne denne lukten selv – spør derfor andre om de synes det lukter aceton hvis du er i tvil. Forverres tilstanden ytterligere, blir bevisstheten nedsatt, og til slutt blir du helt bevisstløs (diabetisk koma). Er denne utviklingen på gang, må du legges inn på sykehus.

Type 2-diabetes

Det forekommer nesten aldri at personer med type 2-diabetes får syreforgiftning. Dette skyldes at de lager nok insulin til å hindre utviklin-

gen av ketoacidose. Men også de kan få svært høyt blodsukker, for eksempel ved annen sykdom eller i forbindelse med behandling med kortisonlignende medikamenter. Dette kan bli så alvorlig at sykehusbehandling er helt nødvendig.

Hvem er særlig utsatt for å få alvorlig syreforgiftning?

Pumpebrukere er svært utsatt hvis pumpen svikter, for eksempel ved at nålen faller ut, ved lekkasje i tilførselssystemet eller ved teknisk svikt i pumpen. Insulinpumpen inneholder hurtigvirkende insulin, og pumpebrukere har derfor alltid lite insulin i kroppen. Dermed får de også veldig raskt syreforgiftning. Bruker du pumpe, må du derfor måle blodsukkeret og tenke på pumpevikt som årsak hvis du føler deg dårlig.

Gravide med type 1-diabetes har økt risiko fordi syreforgiftningen utvikler seg spesielt raskt under graviditet, og den er dessuten mye farligere for barnet enn for moren.

Ellers kan alle med type 1-diabetes få syreforgiftning hvis de ikke passer godt på når de er syke. Uoppdaget type 1-diabetes kan debutere med syreforgiftning hvis den ikke blir oppdaget tidnok.

Hvordan unngå for høyt blodsukker og syreforgiftning ved sykdom?

Type 1-diabetes

Ved akutte sykdommer, som for eksempel feber og forkjølelse, vil som oftest insulinbehovet stige. Da er det viktig å sette ekstra insulin for å unngå at blodsukkeret blir altfor høyt. Husk også at insulinbehovet kan stige mye selv om du ikke klarer å spise. Det som skjer da er at krop-

pen lager store mengder stresshormoner som adrenalin og kortisol – de samme hormonene som lages i store mengder når blodsukkeret er lavt. Produksjonen av sukker i leveren stiger raskt, samtidig brytes fettvevet ned, og de frie fettsyrene omdannes til det vi kaller ketosyrer (også kalt ketoner) i leveren.

En vanlig regel er at du bør måle blodsukkeret hver eller hver annen time og sette ekstra hurtigvirkende insulin hver gang du har målt hvis dette er nødvendig for å holde blodsukkeret under 10–12 mmol/l. Ved sykdom bør du passe på å drikke mye, gjerne buljong eller fruktsafter, eller vanlig brus hvis du ikke får i deg mat. Særlig problematisk kan dette være ved diaré og oppkast, da det er stor fare for uttørring. Er du for syk til å holde blodsukkeret under kontroll, drikke og måle blodsukker, bør du legges inn på sykehus. Nøl heller ikke med å kontakte lege eller sykehus hvis blodsukkeret blir høyt og det forblir mye ketoner i urinen.

Til dere som er hos den syke: bli der til hjelpen kommer. Medisinsk personell vil sette i gang med intravenøs tilførsel av væske og deretter frakte pasienten til sykehus.

Type 2-diabetes

De som har type 2-diabetes og ikke bruker insulin, må ofte bruke insulin i en periode med særlig høyt blodsukker, for eksempel i forbindelse med annen sykdom. Og husk at insulinbehovet kan stige mye selv om du ikke klarer å spise. For øvrig gjelder de samme forhold-sreglene som nevnt ovenfor også for dem med type 2-diabetes.

Dette faktaarket fra Diabetesforbundet er sist oppdatert i januar 2011.