

Các Triệu Chứng Của Lượng Đường Huyết Thấp (hạ đường huyết)

Nguyên Nhân: Quá ít thực phẩm, khi đã ăn hơn năm tiếng đồng hồ trước đó, quá nhiều insulin hoặc thuốc trị tiểu đường, quá nhiều hoạt động thể chất hoặc rượu.

Khởi Đầu: Đột ngột. Có thể vượt qua nếu không được điều trị.

Đường Huyết: Dưới 70 mg/dl

Triệu chứng



Run rẩy



Chảy mồ hôi



Tim đập mạnh



Nhức đầu



Đói



Yếu, mệt mỏi



Khó thấy



Lo lắng



Khó chịu



Chóng mặt

Đề Nghị Hành Động



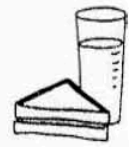
Kiểm tra lượng đường trong máu



Nếu dưới 70, nên uống từ nửa đến một ly nước trái cây, sữa đã lấy hết kem hoặc soda. Hay nhai 5 đến 6 kẹo cứng hoặc 4 viên glucose hay nuốt một ống glucose gel.



Kiểm tra máu đường trong vòng 15 phút. Nếu vẫn còn thấp hơn 70, thêm đường. Nếu các triệu chứng không dừng, gọi bác sĩ.



Ăn một bữa ăn nhẹ trong vòng 30 phút.



Nếu bạn có hai mức thấp trong cùng một ngày hoặc ba mức thấp trong một tuần, hãy gọi cho bác sĩ của bạn.

Các Triệu Chứng của đường trong máu cao (tăng đường huyết)

Nguyên Nhân: Quá nhiều thức ăn, không đủ thuốc men, bệnh tật, phẫu thuật, căng thẳng, đau, nhiễm trùng hoặc dùng thuốc có chất steroid.

Khởi Đầu: Dần dần. Có thể tiến triển đến bệnh tiểu đường hôn mê.

Đường Huyết: Trên 180 mg/dl

Triệu chứng



Buồn nôn



Thờ thẫn



Mờ mắt



Da Khô



Đói



Khát nước



Thường xuyên đi tiểu

Đề Nghị Hành Động



Kiểm tra lượng đường trong máu



Nếu lượng đường trong máu vẫn ở trên 250 mg/dl trong hai ngày, hãy gọi bác sĩ.