

Підвищений вміст цукру в крові

High Blood Sugar

High blood sugar means having too much sugar, also called glucose, in the blood. High blood sugar is also called hyperglycemia. The body's cells need blood sugar. A normal blood sugar level is 70 to 100. A blood sugar level above 140 is too high. You may not feel any signs of high blood sugar but damage may be happening to your body. Over time, high blood sugar can damage the eyes, kidneys, blood vessels, heart, nerves and feet.

Causes

High blood sugar can happen with diabetes. When you have diabetes, your body does not make enough insulin or is not able to use the body's insulin as it should. The right amount of insulin is needed to let the sugar that is in your blood go into your cells. Without insulin, blood sugar will rise and cause high blood sugar, or hyperglycemia. High blood sugar can get worse because of:

- Stress
- Infection or illness
- Certain medicines such as steroids
- Pregnancy

The most common reasons for high blood sugar in people with diabetes are:

- Not taking enough insulin or diabetes pills

Підвищений вміст цукру в крові означає, що в крові міститься надмірна кількість цукру, або глюкози. Підвищений вміст цукру в крові називається також гіперглікемією. Клітини організму потребують наявності цукру в крові. Нормальний рівень цукру в крові: від 70 до 100. Рівень цукру в крові, що перевищує 140, є надмірно високим. Ви можете не відчувати жодних ознак підвищеного вмісту цукру в крові, але в цей час може відбуватися руйнування вашого організму. З роками підвищений вміст цукру в крові може вразити очі, нирки, кровоносні судини, серце, нерви й ноги.

Причини

Підвищений вміст цукру в крові може виникнути внаслідок діабету, коли ваш організм не виробляє достатньої кількості інсуліну або не може як слід засвоїти наявний інсулін. Щоб цукор із крові потрапив у клітини, потрібен достатній рівень інсуліну. Без інсуліну кількість цукру в крові зростатиме, викликаючи гіперглікемію. Ситуація з підвищеним вмістом цукру в крові може ускладнитися внаслідок:

- стресу;
- інфекції або хвороби;
- вживання деяких ліків, таких як стероїди;
- вагітності.

Найбільш частими причинами підвищеного вмісту цукру в крові у людей, що страждають діабетом, є:

- прийом недостатньої кількості інсуліну або таблеток від діабету;

- Missed, skipped or late diabetes medicine
- Eating too much food
- Eating foods high in sugar or carbohydrates

Signs

High blood sugar affects people differently. Some people have no warning signs. High blood sugar may happen slowly over time.

You may have one or more signs of high blood sugar. Family members may notice these signs before you do.

- Extreme thirst
- Urinate often
- Increased hunger
- Blurred vision
- Weight loss or gain
- Feeling tired or sleepy
- Feeling moody or grumpy
- Slow healing of wounds
- Numbness in feet or hands
- Vaginal itching or infections
- Impotence
- Skin itching
- Skin infections such as boils

Your Care

See your doctor if you have signs of high blood sugar. Talk to your doctor about the cause of your high blood sugar. You may need to take medicine to control your blood sugar, or you may need to change how you eat and exercise.

- пропуск або відкладений прийом ліків від діабету;
- вживання занадто великої кількості їжі;
- вживання їжі з високим вмістом цукру або вуглеводів.

Ознаки

Підвищений вміст цукру в крові може діяти на людей по-різному. У деяких людей відсутні будь-які симптоми. Вміст цукру в крові може повільно підвищуватись із часом.

У вас може бути один або декілька симптомів підвищеного вмісту цукру в крові. Члени вашої родини можуть помітити ці симптоми раніше за вас.

- Сильна спрага
- Часте сечовипускання
- Підвищене почуття голоду
- Затуманений зір
- Збільшення ваги або схуднення
- Почуття втоми або сонливості
- Похмурість або дратівливість
- Повільне загоєння ран
- Оніміння стоп або рук
- Свербіння в піхві або часті вагінальні інфекції
- Імпотенція
- Відчуття свербіння на шкірі
- Шкірні інфекції, такі як фурункульоз

Медичний догляд

Зверніться до свого лікаря, якщо у вас спостерігаються ознаки підвищеного вмісту цукру в крові. Поговоріть зі своїм лікарем щодо причини підвищеного вмісту цукру в крові. Вам може знадобитися прийом ліків для контролю рівня цукру в крові, або вам буде потрібно змінити режим харчування й фізичних вправ.

If you have diabetes, control high blood sugar by following your diabetes treatment plan:

- Follow your meal plan.
- Take your insulin and pills as directed.
- Test your blood sugar often and keep a record of the results.
- Follow your activity or exercise routine.
- Contact your doctor if you see patterns of high blood sugar.
- Follow your sick day plan if you are ill.

If not treated, high blood sugar could lead to coma or even death.

Talk to your doctor, nurse or diabetes educator if you have any questions or concerns.

Якщо у вас діабет, контролюйте підвищений вміст цукру в крові, виконуючи план лікування діабету.

- Дотримуйтеся свого плану прийому їжі.
- Приймайте інсулін і таблетки відповідно до рецепту.
- Часто перевіряйте рівень цукру в крові й записуйте результати вимірів.
- Продовжуйте свою звичайну діяльність або фізичні вправи.
- Зверніться до свого лікаря, якщо у вас спостерігаються ознаки підвищеного вмісту цукру в крові.
- Якщо ви хворі, додержуйтеся свого плану дій у випадку хвороби.

Якщо не вживати заходів із лікування, підвищений вміст цукру в крові може привести до коми й навіть смерті.

Якщо у вас є запитання або сумніви, зверніться до свого лікаря, медсестри чи експерта з питань діабету.