

Hoofdstuk 7

Ziek zijn

Als je diabetes hebt kun je net als andere kinderen ziek worden. Ziek zijn kan zowel een hoge als een lage bloedsuiker geven.

Waar moet je op letten als je koorts hebt, als je moet braken, je een buikgriep hebt of een operatie moet ondergaan?

Koorts

Bij koorts stijgt je bloedsuiker waarde vrijwel altijd, je insulinebehoefte neemt toe. Doordat je ziek bent komen er (stress) hormonen vrij die je bloedsuiker waarde laten stijgen. Ook stijgt de bloedsuiker doordat je minder beweegt dan normaal, je rust en slaapt meer.

Wat kun je doen bij koorts?

- Meet regelmatig je bloedsuiker, soms wel tot 8 keer per dag, ook 's nachts.
- Dien indien nodig meer insuline toe, Hyperglykemie. Overleg indien nodig met je kinderarts/ diabetesverpleegkundige.
- Meet ketonen bij blijvende verhoogde bloedsuikers.
- Probeer veel te blijven drinken.

Braken

Als je misselijk bent en moet overgeven moet je extra alert zijn als je diabetes hebt.

Je kunt overgeven door een buikgriep of als je iets verkeerd hebt gegeten, maar misselijkheid en braken kan ook duiden op ontstaan ketonen door insulinetekort!

Bij een hoge bloedsuiker en braken heb je een verhoogde kans op ketonen. Bij braken en een normale bloedsuiker kan je echter ook ketonvorming hebben. Je dient daarom altijd je bloed te controleren op ketonen als je braakt!! Zie ook Ketonen.

Bij braken altijd contact opnemen met je kinderarts of diabetesverpleegkundige!

Buikgriep

Buikgriep gaat vaak samen met braken, diarree en koorts. Bij een buikgriep heb je vaak lage bloedsuikers.

Je probeert misschien wel te eten en drinken, maar je spuugt het er weer uit of je spuugt niet maar je lichaam heeft geen tijd om de koolhydraten op te nemen, omdat je diarree hebt.

Wat kun je doen bij buikgriep?

- Minder insuline spuiten, overleg eventueel met je kinderarts/ diabetesverpleegkundige.
- Probeer regelmatig kleine beetjes te drinken, het beste is om nu juist drinken te drinken met suiker.
- Eet ook regelmatig kleine beetjes voedsel, hierdoor heb je minder kans op spugen.
- Indien je bloedsuiker laag blijft of je hebt andere vragen altijd contact opnemen met je diabetes team.

Je moet een operatie ondergaan

Als je geopereerd wordt moet je voordien vaak nuchter zijn, je gaat onder narcose en door de operatie ondergaat je lichaam stress. Dit alles heeft invloed op je bloedsuikers.

Vertel de chirurg en anesthesist altijd dat je diabetes hebt, zij nemen vervolgens contact op met de kinderarts. De kinderarts maakt afspraken over het insuline beleid.

Wanneer contact opnemen met kinderarts/ diabetesverpleegkundige:

- Overvloedig of herhaaldelijk overgeven
- Positieve ketonen
- De bloedsuiker blijft hoog ondanks extra insuline
- Verwardheid of bewustzijnsverlies
- Onderliggende oorzaak van ontregeling is niet duidelijk
- Als je een operatie moet ondergaan
- Bel altijd bij de minste twijfel over, hoe de situatie aan te pakken