

## 低血糖症狀及處理

### Gejala gula darah rendah (Hipoglikemia) dan penanganannya

#### Apa yang dimaksud dengan kencing manis?

Dalam keadaan normal, tubuh akan membakar makanan karbohidrat dalam tubuh menjadi glukosa, sebagai bahan bakar tubuh, insulin adalah salah satu hormon yang diproduksi oleh pankreas, yang membantu glukosa untuk masuk ke sel, menyediakan fungsi pembakaran. Tetapi pasien kencing manis karena pankreas tidak dapat memproduksi insulin yang cukup atau insulin digunakan tidak baik atau terjadi menentang insulin, sehingga glukosa tidak dapat masuk sepenuhnya ke dalam sel, kadar gula dapat meningkat.

#### Gula darah

1. Gula darah adalah glukosa yang dihasilkan dari makanan setelah melalui metabolisme penguraian saluran pencernaan tubuh manusia, sebagai sumber tenaga.
2. Kadar gula darah yang ideal sebelum makan seharusnya dikendalikan dalam kisaran 80~120 mg/dl.
3. Pasien diabetes biasanya akan disertai gejala kelainan lemak darah.

### Gejala gula darah rendah (Hipoglikemia) dan penanganannya

#### 1. Apa yang dimaksud dengan hipoglikemia?

Glukosa di bawah 50-60mg/dl atau muncul gejala hipoglikemia.

- (1) Overdosis insulin atau obat penurun gula darah.
- (2) Setelah makan obat penurun gula darah atau suntik insulin tetapi tidak makan.
- (3) Jumlah olah raga meningkat tetapi tidak makanan pelengkap tambahan.
- (4) Disfungsi hati dan ginjal.
- (5) Minum minuman beralkohol atau pada saat yang bersamaan menggunakan aspirin, sulfonamide atau  $\beta$ -adrenoceptor blockers.

#### 2. Gejala gula darah rendah :

- (1) Gejala neuropati otonom : gula darah rendah pada awalnya akan ada rasa lapar, gemetar, berkeringat dingin, jantung berdebar-debar, detak jantung bertambah cepat.

(2)Gejala sitem saraf pusat : mengantuk, pingsan, kejang, koma.

(3)Gejala non-spesifik: sakit kepala, pusing, mual, bibir mati rasa.

3.Pencegahan hipoglikemia :

(1)Teratur makan dengan jumlah yang tetap untuk makan tiga kali sehari dan makanan ringan.

(2)Ingat peringatan.

(3)Jangan berolahraga dengan perut kosong.

(4)Harus tepat waktu mengkonsumsi obat oral, dengan waktu makan jangan terpisah terlalu lama.

(5)Dosis suntikan insulin harus akurat, setelah injeksi dalam waktu setengah jam harus makan.

(6)Setiap saat selalu membawa permen dan biskuit, dan mempersiapkan selebar kartu identitas.

(7)Gula darah sebelum tidur  $\leq 110$  maka perlu makanan ringan.

(8)Bagi pasien yang "tidak ada kewaspadaan hipoglikemia" , hindari untuk terlalu ketat mengontrol gula darah.

4.Apa yang harus dilakukan oleh orang lain jika koma karena hipoglikemik?

(1)Tidak menyuntik insulin.

(2)Jangan memaksa menyuapi makanan kepada pasien.

(3)Mempertahankan saluran pernapasan lancar.

(4)Menyuntik glukagon.

(5)Menelepon 119 untuk meminta bantuan.

5.Pengobatan hipoglikemia :

(1)Ketika sadar ketika mengkonsumsi 4-6 gula batu, 10-15 menit kemudian jika tidak ada perbaikan makan sekali lagi (atau 120 sampai 180cc jus atau satu sendok makan madu).

(2)Ketika kesadaran tidak jelas, memberikan gula ke dalam pembuluh darah.