

AKTUELLA UPPGIFTER: DATUM: \_\_\_\_\_

### Insulindosering måltid - gram kolhydrat/E

Frukost	Dagtid (utom träning)	Nattetid
---------	-----------------------	----------

### Korrektionsdos - sänkning blodsocker/E

Frukost	Dagtid	Nattetid o efter träning
---------	--------	--------------------------

Dos druvsocker vid säker känning \_\_\_\_\_ tabl à 3 gram

### HJÄLPMEDEL

Hämtas enklast vid återbesöken på barnmottagningen i Kiruna eller Gällivare.

För aktuella öppettider fråga/maila din barnmottagning.

Hjälpmedelskort måste tas med.

Uthämtning utanför landstinget kräver speciellt hjälpmedelskort till apotek.

### KONTAKTUPPGIFTER

E-post: [barnmottagningen.gallivare@nll.se](mailto:barnmottagningen.gallivare@nll.se)

[Barnmottagningen.kiruna@nll.se](mailto:Barnmottagningen.kiruna@nll.se)

[dietistmottagningen.gallivare@nll.se](mailto:dietistmottagningen.gallivare@nll.se)

Telefon: Akuta frågor 0970-19277

Icke akuta frågor 0970-19292 (diab.ssk) eller 10360

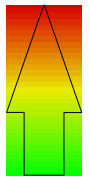
Dietist 0970-19379

# INSULINBRIST


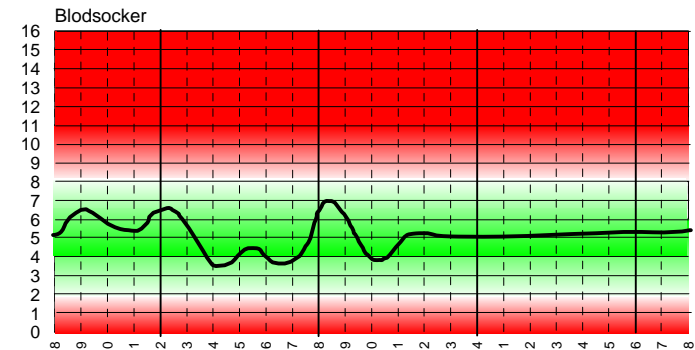
Diabetes (typ I) innebär att kroppen inte kan tillverka det insulin som behövs för att hålla blodsocker normalt dvs 4-7.

Insulin måste tillföras vid alla måltider för att inte blodsocker ska stiga för högt.

Många andra faktorer än insulin påverkar blodsocker:



- ▶ Kolhydrat i måltid
- ▶ Stress, fysisk och psykisk
- ▶ Morgonhormoner
- ▶ Feber



- ▶ Insulin
- ▶ Fysisk aktivitet
- ▶ Återhämtning efter fys aktivitet
- ▶ Svält

# INSULIN DOSERING

1. **Långverkande insulin** (Levemir® eller Lantus®) ges 1-2 gånger per dygn för att täcka ett minimibehov av insulin. Justeringar diskuteras vanligen med läkare.

2. **Kortverkande insulin kallas även måltidsinsulin**, (vanligen Novorapid®). Det ska tillföras vid alla måltider motsvarande kolhydratinnehållet och används också för att justera tillfälligt högt blodsocker. Effekten utvärderas efter 2 timmar.

## MÅLTIDSDOSERING:

Kolhydratinnehållet kräver insulin, däremot inte fett och protein i normala mängder.

- Tidigare erfarenhet
- Kolhydratberäkning (se nästa sida)
- ▶ Lågt blodsocker före måltid - ge druvsocker och normal insulinmängd.
- ▶ Högt blodsocker före måltid - Ge korrektionsdos + måltidsinsulin!
- ▶ Blodsocker 2 tim efter måltid ger uppfattning om dosen var lagom!
- ▶ Vid måttlig - ansträngande träning - Se speciella riktlinjer!

## KORRIGERING LÅGT BLODSOCKER:

Bekräfta först som regel med blodsockermätning vid känning!  
Druvsocker 1 tablett(=3g)/10 kg kroppsvikt max 3 tabletter.

## KORRIGERING HÖGT BLODSOCKER:

blodsocker - 5 = målsättning att sänka blodsocker. Om blodsocker är 12 strävar man efter att sänka 7 (ner till 5).

## INSULINDOSERING MÅLTID

### FRUKOST 330-REGELN

$$\frac{330}{\text{totaldygnsdos}} = \text{g kolhydrat till 1 E insulin}$$

Ex:

25 E insulin/dygn - ca 13 g kolhydrat motsv 1 E Insulin

50 E insulin/dygn - ca 7 g kolhydrat motsv 1 E Insulin

### DAGTID 500-REGELN

$$\frac{500}{\text{totaldygnsdos}} = \text{g kolhydrat motsv 1 E insulin}$$

**OBS Individuell justering av beräkningen behövs ofta!**

## BLODSOCKERKORRIGERING

$$\frac{66}{\text{totaldygnsdos}} = \text{MORGON sänkning av 1 E insulin}$$

$$\frac{100}{\text{totaldygnsdos}} = \text{DAGTID sänkning av 1 E insulin}$$

$$\frac{200}{\text{totaldygnsdos}} = \text{NATTETID sänkning av 1 E insulin och DAGTID EFTER MÅTTLIG-ANSTRÄNGANDE TRÄNING}$$