

GLICEMIA

- **Lavarsi le mani**
- **Disinfettare il polpastrello e asciugare**
- **Scegliere la zona più laterale ruotando la sede di esecuzione**
- **Pungere . eseguire lieve spremitura del dito**
- **Far uscire una bella goccia di sangue che verrà appoggiata sulla striscia**

LO SCOPO DELLA GLICEMIA E' QUELLO DI VALUTARE SE LA DOSE DI
INSULINA E' ADEGUATA E DI VERIFICARE EVENTUALI IPOGLICEMIE

VALORI IDEALI DI GLICEMIA:

A DIGIUNO 80-120mg%

DOPO I PASTI 100-140mg%

SI PARLA DI IPOGLICEMIA QUANDO IL VALORE è < 80mg%

COME SI CORREGGE: ASSUMENDO ZUCCHERO SEMPLICE
(1 ZOLLETTA DI ZUCCHERO O 1 CUCCHIAINO DA THE' o gni
20/Kg o 30cc/10Kg DI BEVANDA ZUCCHERATA TIPO COCA-
COLA. ARANCIATA , SUCCO DI FRUTTA)

SI RICONTROLLA GLICEMIA DOPO 10-15 MINUTI

se $< 80\text{mg}\%$ si ripete la correzione
se $> 80\text{mg}\%$ si consolida con zucchero
complesso

SE SI E' IN PROSSIMITA' DEL PASTO, DOPO LA CORREZIONE ,
SI ESEGUE INIEZIONE E POI SI MANGIA SUBITO SENZA
TEMPO DI ATTESA.

GLUCAGONE

- E' un ormone antagonista dell'insulina.
- Si usa nelle ipoglicemie severe con perdita di coscienza
- Si esegue con una iniezione i.m. o s.c. (1fiala se peso > Kg 25 o se sopra i 6-8 anni, altrimenti 1/2 fiala)
- Il suo effetto è immediato
- Può causare cefalea e nausea

GLICOSURIA

**SI BAGNA LO STICK CON LE URINE E SI
ATTENDONO 2 MINUTI**

**IN BASE ALLE COLORAZIONI SI
DETERMINANO I VALORI DELLA
GLICOSURIA E DELLA CHETONURIA**

GLICOSURIA

Lo stick delle urine ci permette di capire come sono stati i valori della glicemia nel periodo di tempo tra una minzione e l'altra.

Importanti sono quelle eseguite al risveglio perché ci danno informazioni sull'andamento glicemico durante la notte

INIEZIONI

- Si disinfetta la zona di cute interessata, evitando le aree con presenza di lipodistrofia.
- Per eseguire l'iniezione di insulina si prende una plica di cute e si inserisce l'ago in verticale
- Nei bambini con molto tessuto adiposo la plica può non essere utilizzata
- Quando viene utilizzata la siringa al posto della penna, essendo l'ago un po' più lungo, può essere necessaria una lieve inclinazione di 45°.
- L'estrazione dell'ago deve avvenire lentamente per evitare la fuoriuscita di insulina (contare fino a 10-15 ed estrarre in due tempi).

INIEZIONI

- Le zone di iniezione devono variare a rotazione
- E' preferibile eseguire Lantus sui glutei e sulle cosce, mentre le rapide o ultrarapide sull'addome e sulle braccia
- A livello di braccia e cosce si preferisce la zona esterna.
- Ricordarsi di rispettare i tempi di attesa, se necessari, prima di iniziare il pasto.

CONSERVAZIONE

- Le insuline utilizzate, vengono mantenute a temperatura ambiente
- Le insuline di riserva nel frigo a $+2$ - $+8^{\circ}\text{C}$
- Bisogna proteggerle dalle temperature troppo fredde e troppo calde ($<2^{\circ}\text{C}$ - $>25^{\circ}\text{C}$)
- E' necessaria la protezione anche da fonti luminose, per cui non lasciare mai la penna senza cappuccio.
- IL glucagone si tiene in frigo a $+4^{\circ}\text{C}$. Può essere conservato a temperatura ambiente con validità di 18 mesi entro la scadenza .

PRO MEMORIA

per quando ci si sposta

- Diario
- Glucometro + pungidito
- Strisce per glicemia e glicosuria
- Penne di insulina rapida e lenta
- Flaconcini o penne per insulina di riserva
- Aghi per penna e per pungidito
- Cotone e disinfettante
- Glucagone
- Zollette zucchero o bevande zuccherate in caso di ipoglicemia + fette biscottate e/o crackers

PRO – MEMORIA

- Per i viaggi in aereo l'insulina e il glucagone devono viaggiare nel bagaglio a mano.
- In tal caso bisogna presentare una certificazione per il check-in
- Per i viaggi con temperature troppo calde o troppo fredde , è utile proteggere le insuline in borse termiche per evitare la perdita di efficacia.