

저혈당의 징후를 알아보세요

저혈당

저혈당에 대한 반응은 사람마다 다릅니다. 자신의 징후와 증상을 알아보고, 의료진과 상담하거나 www.TeamingUp.us에서 당뇨병 자가 관리 팁에 대해 자세히 알아보세요



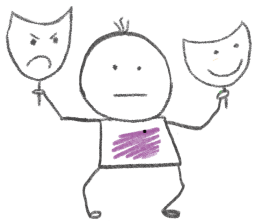
발한



떨림



어지러움



기분의
변화/혼란



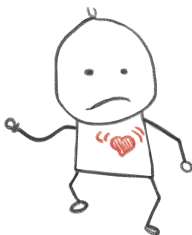
배고픔



두통



흐릿한 시야



빠른 심장 박동



극도의 피로감과
창백함

저혈당 관리를 위한 단계¹

1. 다음과 같은 음식에 포함된 포도당 또는 단순 탄수화물 15g을 섭취하세요:
 - 설탕, 꿀 또는 옥수수 시럽 1큰술
 - 주스 또는 일반 소다 (다이어트 소다 아님) 4 oz (1/2 컵)
 - 포도당 정제 또는 젤 (패키지 지침을 따르세요)
2. 15분 정도 기다렸다가 혈당을 다시 측정하세요
3. 혈당이 범위 내에 들어올 때까지 반복하세요
4. 범위 내에 들어오면 1시간 이내에 간식이나 식사를 하세요

증상이 없을 수도 있으므로 의료진이 권장하는 일정에 따라 혈당을 측정하세요.

응급 상황 발생 시 다음 연락처로 연락하세요:

이름 _____ 전화번호 _____

실제 의료 응급 상황이 발생하면 항상 911에 연락하세요.

고혈당의 징후를 알아보세요

고혈당

의료진과 상담하고 www.TeamingUp.us에서 당뇨병 자기 관리
팁에 대해 자세히 알아보세요



구강 건조증



극도의 갈증



졸음



잦은 배뇨



복통 / 메스꺼움



잦은 야뇨증

고혈당 관리를 위한 단계²

위에 표시된 고혈당증 증상 중 하나라도 경험하는 경우 의료진과 상담하세요.

의료진은 귀하의 다음과 같은 사항을 조정할 수 있습니다:

- 식사 계획
- 신체 활동 루틴
- 약 투여

의료진과 상담하여 혈당 수치를 얼마나 자주 확인해야 하는지 결정하세요. 증상이 없을 수도 있으므로 의료진이 권장하는 일정에 따라 혈당을 측정하세요.

응급 상황 발생 시 다음 연락처로 연락하세요:

이름 _____ 전화번호 _____

실제 의료 응급 상황이 발생하면 항상 911에 연락하세요.

²고혈당증(고혈당). 미국 당뇨병 협회 (American Diabetes Association) 웹사이트.
<https://diabetes.org/diabetes/medication-management/blood-glucose-testing-and-control/hyperglycemia>