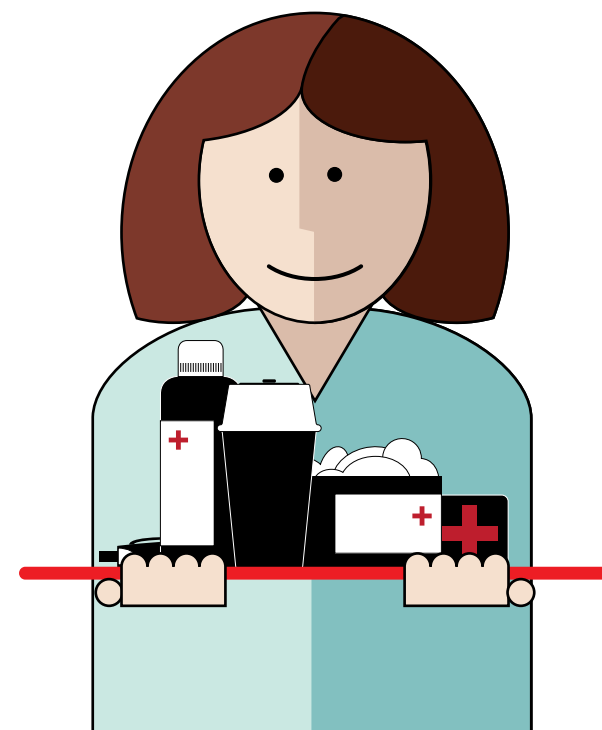


ISTRUZIONE PER LA GESTIONE DELLA PERSONA CON DIABETE IN CASA

Per prendersi cura della persona malata occupandosi dell'organizzazione dell'ambiente e delle risorse necessarie a garantirgli una migliore qualità di vita











Telefoni utili

Two columns of horizontal lines for writing contact information.



Terapia

 COLAZIONE	Nome _____	Dose _____
	Nome _____	Dose _____
	Nome _____	Dose _____
	Nome _____	Dose _____
 MATTINA	Nome _____	Dose _____
	Nome _____	Dose _____
	Nome _____	Dose _____
	Nome _____	Dose _____
 PRANZO	Nome _____	Dose _____
	Nome _____	Dose _____
	Nome _____	Dose _____
	Nome _____	Dose _____
 POMERIGGIO	Nome _____	Dose _____
	Nome _____	Dose _____
	Nome _____	Dose _____
	Nome _____	Dose _____
 CENA	Nome _____	Dose _____
	Nome _____	Dose _____
	Nome _____	Dose _____
	Nome _____	Dose _____
 NOTTE	Nome _____	Dose _____
	Nome _____	Dose _____
	Nome _____	Dose _____
	Nome _____	Dose _____

Conservazione dei farmaci

L'insulina va conservata in frigorifero.

Non utilizzare l'insulina dopo la data di scadenza indicata sulla confezione.

Dal primo utilizzo la penna dura un mese.

Le penne di insulina in uso vanno conservate lontano da fonti di calore a temperatura ambiente.

Rimuovere l'ago dopo ogni utilizzo, non si deve conservare la penna con l'ago inserito.

Per evitare di dimenticarsi i farmaci è utile suddividerli secondo uno schema settimanale utilizzando dei porta-pillole con uno scomparto per giorno.

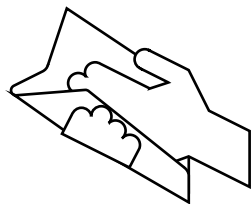


Igiene e organizzazione

Le mani



Lavarsi **BENE** le mani con acqua e sapone.

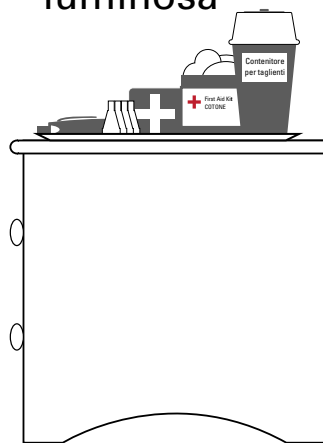


Asciugarle con cura.

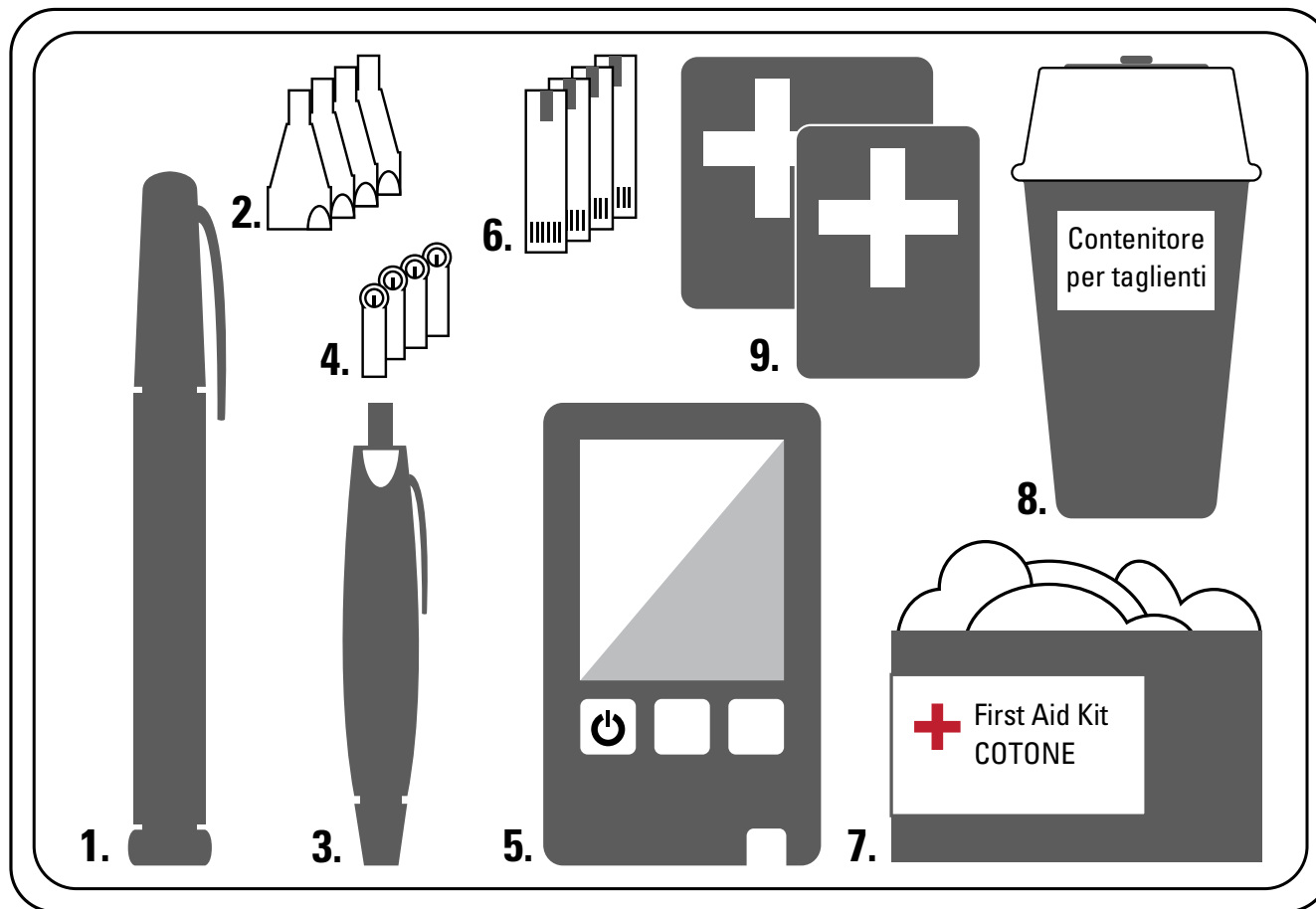
Come preparare il materiale

Il piano di appoggio deve essere:

- Pulito
- Comodo
- In una zona luminosa



Tenere tutto l'occorrente su un vassoio ben ordinato.



1. Penna di insulina
2. Aghi per la Penna di insulina
3. Pungidito
4. Aghi per il Pungidito
5. Glucometro
6. Strisce reattive
7. Cotone
8. Contenitore per lo smaltimento dei taglienti
9. Altri farmaci

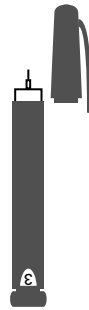
L'organizzazione dell'ambiente e la corretta gestione dei medicinali garantisce una migliore qualità di vita del paziente.



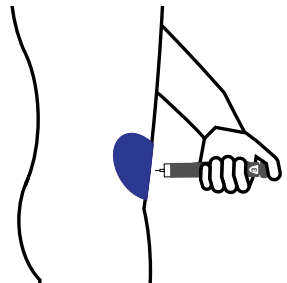
Tecnica iniezione insulina



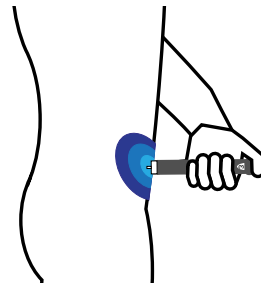
1. Lavarsi le mani e lavare la zona di iniezione.



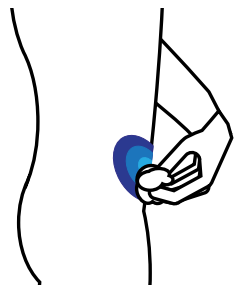
2. Preparare tutto il materiale: avvitare l'ago, impostare la dose di insulina e togliere il cappuccio di protezione.



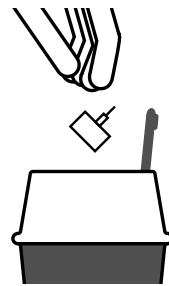
3. Inserire l'ago perpendicolarmente nella zona di iniezione.



4. Iniettare fino in fondo e contare fino a 10 prima di estrarre l'ago dalla cute.

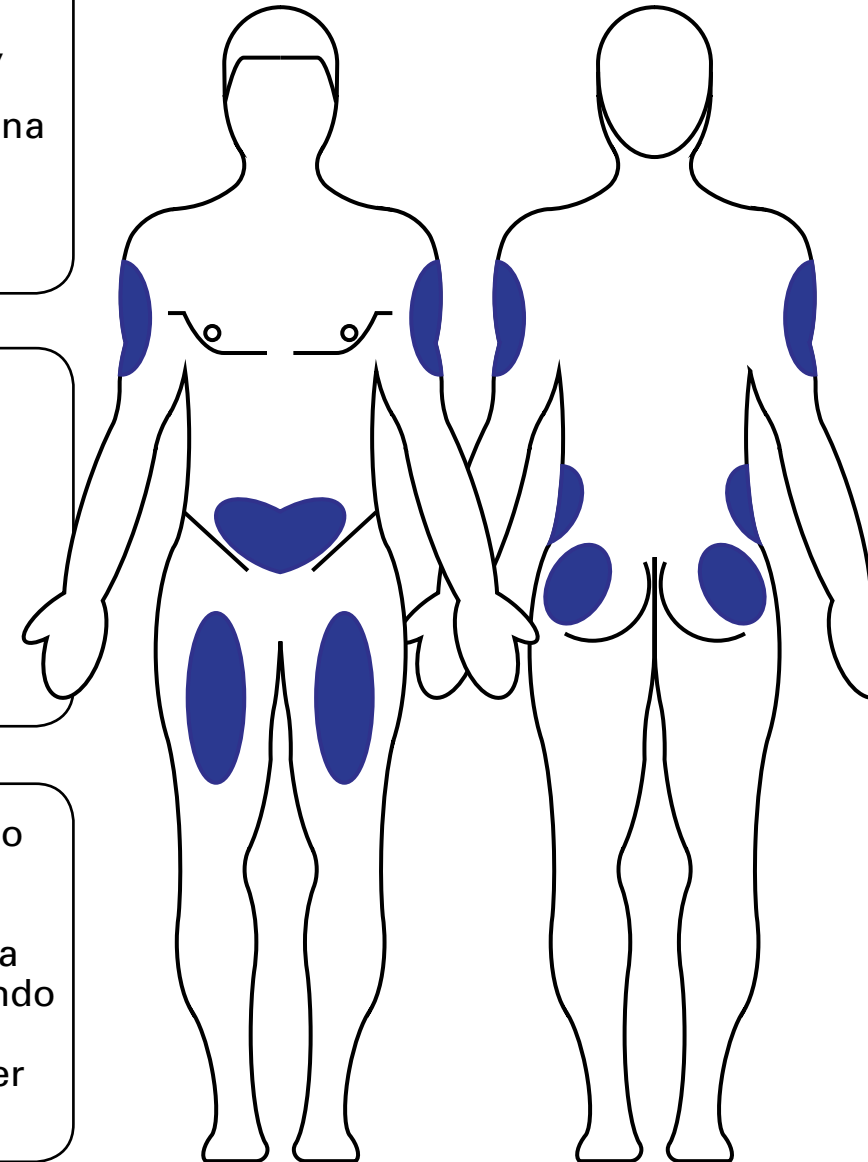


5. Tamponare la pelle senza sfregare.



6. Svitare l'ago ed eliminarlo in modo che nessuno possa ferirsi utilizzando l'apposito contenitore per taglienti.

Sedi di iniezione

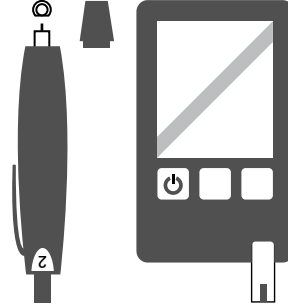




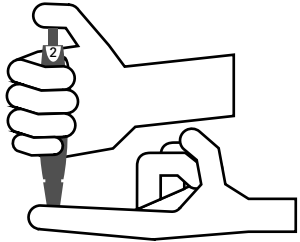
Autocontrollo glicemico



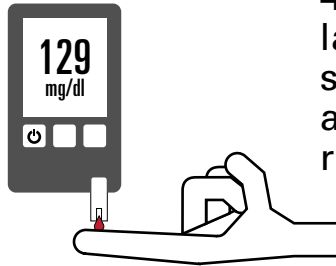
1. Lavarsi le mani e far lavare le mani alla persona assistita.



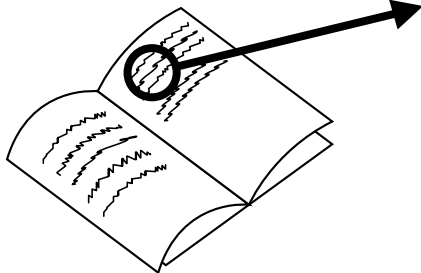
2. Preparare tutto il materiale: inserire l'ago nella penna pungidito e inserire la striscia nel glucometro. Attendere l'OK.






3. Pungere il dito, dopo aver regolato lo strumento a seconda della durezza della pelle dell'assistito.



4. Posizionare la goccia di sangue vicino alla striscia reattiva.



			
7.00	129mg/dl	13.00	140mg/dl
9.00	135mg/dl	15.00	_____
11.00	115mg/dl	17.00	_____
		19.00	_____
		21.00	_____
		23.00	_____

5. Leggere il risultato e riportarlo nel diario glicemico.

Scadenza del piano di automonitoraggio glicemico:

Manutenzione glucometro

Controllare la scadenza delle strisce

Mantenere pulite le apparecchiature

Tenere sempre una pila di scorta in caso si scaricasse quella in uso

In caso di febbre la glicemia può aumentare, è importante non sospendere la terapia per il diabete. Avvertire il medico curante.



Ipoglicemia

Si parla di Ipoglicemia quando il tasso di glucosio presente nel sangue scende al di sotto dei valori normali.

I sintomi principali

Tremore

Sudorazione

Fame improvvisa

Confusione/Sonnolenza

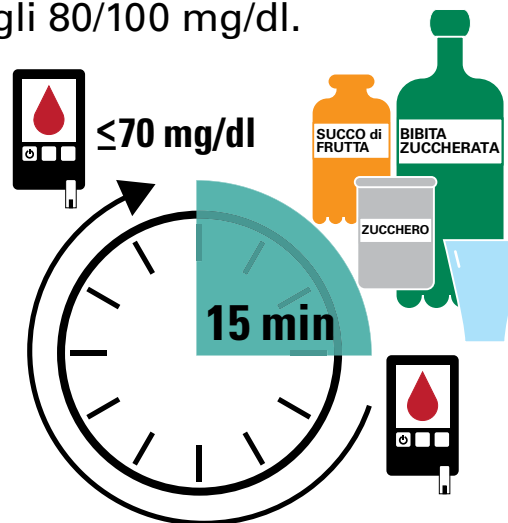


In caso di perdita di coscienza non dare lo zucchero per bocca ma chiamare il 118!

È consigliabile tenere a portata di mano dello zucchero anche quando ci si trova fuori casa.

La regola dei 15 minuti

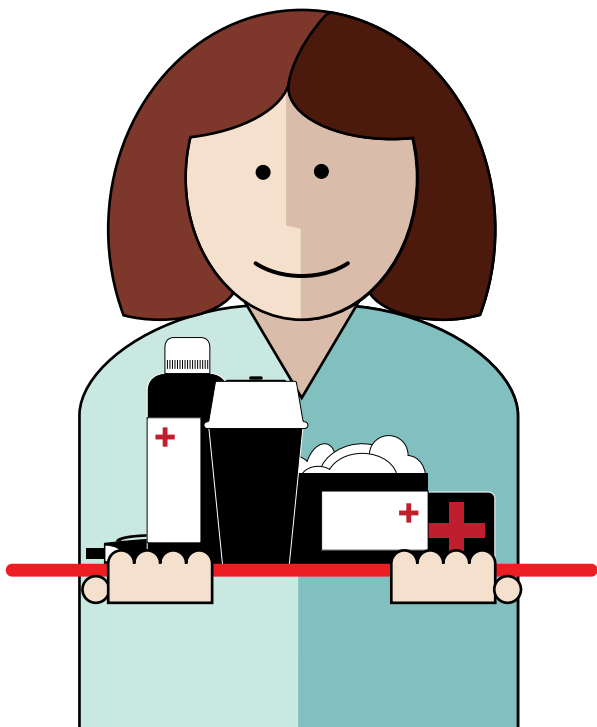
1. Misurare la glicemia.
2. Se il valore è uguale o inferiore a 70 mg/dl somministrare 3 bustine di zucchero o 1 succo di frutta o 1 bicchiere di bibita zuccherata (circa 15 gr zucchero).
3. Se la glicemia è ancora inferiore a 70 mg/dl ripetere la procedura ogni 15 minuti fino a quando non si raggiungono o superano gli 80/100 mg/dl.



Controllo ambulatoriale

Cosa portare

1. Diario glicemico
2. Glucometro
3. Schema completo della terapia aggiornata
4. Esami di laboratorio recenti **FONDAMENTALE** l'emoglobina glicata
5. Esami strumentali eseguiti eventualmente dopo l'ultima visita diabetologica



diabete italia
onlus

Prodotto da
SCVD Gestione delle complicanze del Diabete
AO Città della Salute e della Scienza - SGAS

Diabetologo Dr. A. Bruno
CPSE Sig.ra P.Scuntero
CPSI Sig.re C. De Rossi, S. Piccirillo, N. Dichio