

Syreforgiftning/ketoacidose hos personer som bruker insulinpenn

Syreforgiftning er en alvorlig stoffskifteforstyrrelse som skyldes insulinmangel.

Når en mangler insulin, eller dersom insulinet virker svært dårlig, vil ikke kroppen få tilstrekkelig energi via karbohydratene. Kroppen kompenserer derfor med å forbrenne fett, og dette medfører opphopning av svært skadelige, sure stoffskifteprodukter som kalles ketoner.

Ketonene kan måles i urin vha. Ketostix-test.

Utfør Ketostix-test for å sjekke tilstanden din dersom:

- Du kjenner deg syk og blodsukkeret er høyere enn vanlig.
- Blodsukkeret er > 15 mmol/l. over tid.
- Dersom du har blodsukker > 15 mmol/l, har spist normalt med karbohydrater siste dager, men har utslag på ketoner, haster det å få blodsukkeret kontrollert ned i løpet av de neste timene!

Følg instruksjonen på neste side dersom:

- Du har blodsukker > 15 mmol/l og har spist normalt med karbohydrater siste dager, men Ketostix-test viser utslag på ketoner 1+ eller 2+, og du ikke har alvorlige symptomer.

Kontakt legevakt umiddelbart ved alvorlige symptomer:

- Du kjenner deg svært dårlig, kvalm, oppkast, magesmerter, tretthet/reduert bevissthet eller tung pust (acetonduft av pusten).
- Oppgi tilstand, blodsukkerverdier og svar på Ketostix-test hvis mulig!

LEGEVAKT: telefon 116117

Dersom du ikke kommer raskt gjennom til legevakta, ring 113!

Hvordan behandle begynnende syreforgiftning hjemme:

1. **Finn frem en ny hurtigvirkende insulinpenn (fra kjøleskapet).**
2. **Sett en ”for deg” stor dose med insulin på et nytt/lite brukt område. Tenk hva du normalt setter i en måltidsdose og doble denne.** Viktig å spise litt fiberholdig mat samtidig (f. eks en ½ grovbrøds-kive eller litt knekkebrød).
3. **Svært viktig at du med en gang begynner å drikke rikelig med vann** eller annen sukkerfri drikk.
4. Sett din vanlige dose med middels-/langtidsvirkende insulin.
5. **Blodsukkeret må måles manuelt hvert 30- 60 min. i starten, og deretter regelmessig selv om du har kontinuerlig glukosemåler (CGM).**
6. Du må være i ro hjemme fordi du må passe på å drikke rikelig samt vokte blodsukkernivået. Ofte kreves det store mengder insulin. **Ny dobbel dose med hurtigvirkende insulin kan settes etter ca. 1 ½ time dersom blodsukkeret er like høyt eller stigende**, men følge nøye med på blodsukkeret for å unngå for raskt blodsukkerfall. Korrigert med sukkerholdig drikk ved behov.
7. **Målet er å stabilisere blodsukkeret omkring/helst like under 10 mmol/l. Viktig at du setter hurtigvirkende i god tid (10-20 min.) før du spiser litt. Selv om du ikke orker å spise, kan det likevel være nødvendig å sette doser med hurtigvirkende for å oppnå ønsket blodsukkernivå.**
8. **Utfør Ketostix-test hver 4. time for å påse at ketonene forsvinner helt.**
9. Ved lite/ingen matinntak kan det oppstå sultketoner, og svaret på Ketostix-test kan være vanskelig å tolke. Kontakt legevakst eller din behandler ved behov!

Syreforgiftning kan forekomme dersom:

- Blodsukkeret stiger grunnet plutselig økt insulinbehov, f. eks ved sykdom (betennelse, infeksjon, feber), stress, traume.
- Du har glemt å sette den faste dosen med middels-/langtidsvirkende, og har vært uten insulin over flere timer.
- Du har glemt å sette insulin til måltid, eller satt for lav dose slik at blodsukkeret har vært høyt (> 15 mmol/l) over lengre tid.
- Du har injisert insulin for sentrert over lang tid slik at det har oppstått infiltrater. Fettvevet er dermed svært lite mottakelig for insulin.
- Insulinet er ødelagt pga. varme/pennen lagt i direkte sollys.
- Insulinet er ødelagt pga. frost.