Insuman® Basal

100 IU/ml

Suspension for injection in a vial

إنسومان® بازال

100 وحدة / ملل

مستعلق للحقن في قارورة

إنسولين بشري

إقرأ بدقة هذه النشرة كاملة قبل أن تبدأ باستعمال هذا الدواء.
- إحتفظ بهذه النشرة. فقد تضطرّ إلى قراءتها مجدداً.
- إن كان لديك أسئلة إضافية، الرجاء أن تسأل طبيبك أو الصيدليّ.
- لقد وُصف هذا الدواء لك شخصياً ولا يجدر بك إعطاؤه للآخرين. فقد يؤذيهم حتى لو كانت عوارضهم مثل عوارضك.
- إذا تفاقم أحد التأثيرات الجانبيّة أو إذا لاحظت تأثيرات جانبيّة غير مذكورة في هذه النشرة، الرجاء إعلام الطبيب أو الصيدلي.

في هذه النشرة:

1. ما هو إنسومان بازال ولماذا يُستعمل
2. قبل استعمالك إنسومان بازال
3. كيف تستعمل إنسومان بازال
4. التأثيرات الجانبية المحتملة
5. كيف يُحفظ إنسومان بازال

محتويات إنسومان بازال

- المادة الفاعلة هي الإنسولين البشري. يحتوي المليلتر الواحد من إنسومان بازال على 100 وحدة دولية من المادة الفاعلة الإنسولين البشري.
- المكونات الأخرى هي: سلفات البروتامين، ميتاكريزول، فينول، كلوريد الزنك، فوسفات الصوديوم الثنائي الهدروجين والجليزي الماء، غليسيرين، هيدروكسيد الصوديوم، حامض الهيدروكلوريك (لضبط الرقم الهيدروجيني) وماء للحقن.

ما هو شكل إنسومان بازال ومحتويات العلبة

بعد المزج، يصبح إنسومان بازال سائلاً لبنيّاً مُتسقاً (مستعلق للحقن)، لا يحتوي على كتل ولا على جزيئات ولا على تندّف ظاهر.

يأتي إنسومان بازال في قوارير تحتوي على 5 مل من المستعلق (500 وحدة دوليّة)، تتوافر علب من قارورة و5 قوارير من 5 مل. قد لا تكون أحجام العلب كلّها مسوّقة.

حامل رخصة التسويق والمصنّع

Sanofi-Aventis Deutschland GmbH
D-65926 Frankfurt am Main
Germany

1. ما هو إنسومان بازال ولماذا يُستعمل

إنسومان بازال هو سائل (مستعلق) للحقن تحت الجلد. إن الإنسولين الذي يحتويه إنسومان بازال مصنوع بعملية بيولوجيّة تكنولوجية وهو مماثل لإنسولين الجسم.

إنسومان بازال هو مستحضر إنسولين ذو فعالية تدريجيّة وطويلة الأمد. الإنسولين موجود على شكل بلّورات بالغة الصغر من بروتامين الإنسولين.

يُستعمل إنسومان بازال لتخفيض معدّل السكر العالي في الدم لدى المرضى الذين يعانون من الداء السكري. الداء السكري هو مرض لا يفرز فيه جسمك ما يكفي من الإنسولين للتحكّم بمعدل السكر في الدم.

2. قبل استعمالك إنسومان بازال

لا تستعمل انسومان بازال

إن كنت تعاني من فرط حساسية تجاه الإنسولين الذي يحتويه انسومان بازال أو تجاه أحد مكوّناته الأخرى .

لا تحقن انسومان بازال في وريد (وعاء دم). لا تستعمله في مضخّات الإنسولين الأخرى أو في مضخات تسريب أخرى – فمستحضرات خاصة من الإنسولين متوافرة للاستعمال في أدوات كهذه.

كن حذراً مع انسومان بازال

الرجاء أن تتقيّد بدقة بالتعليمات المتعلقة بمعايرة الجرعات والمراقبة (فحوصات الدم والبول)، والنظام الغذائي والنشاط الجسدي (العمل الجسدي والتمارين الرياضية) كما ناقشتها مع طبيبك.

المجموعات الخاصة من المرضى

إن كان كبدك لا يعمل جيداً أو كليتاك لا تعملان جيداً أو إن كنت متقدماً في السن، تحدّث إلى طبيبك لأنك قد تحتاج إلى جرعات أدنى من الإنسولين.

السفر

قبل أن تسافر، إستشر طبيبك. فقد تحتاج إلى التحدث عن:
- توافر الإنسولين الذي تستعمله في البلد الذي تزوره،
- التزوّد بالإنسولين، بالمحاقن، إلخ.
- الطريقة الصحيحة لحفظ الإنسولين خلال السفر.
- توقيت الوجبات وأخذ الإنسولين خلال السفر.
- التأثيرات الممكنة الناتجة عن التغيير إلى مناطق زمنية مختلفة.
- المخاطر الصحية الممكنة الجديدة في البلدان التي ستزورها.
- كيف يجب عليك التصرّف في الحالات الطارئة عندما تشعر بتوعّك أو عندما تمرض.

الأمراض والإصابات

في الحالات التالية قد يتطلّب التحكّم بالداء السكري لديك عناية كبيرة:
- إن كنت مريضاً أو مصاباً بإصابة كبيرة من الممكن أن يرتفع معدّل السكر في دمك (فرط سكر الدم).
- إن كنت لا تتناول كمية كافية من الطعام، قد ينخفض كثيراً معدل السكر في دمك (تدنّي سكر الدم).

ستحتاج إلى طبيب في أكثرية الحالات. إحرص على الاتصال بالطبيب على الفور.

إن كنت تعاني من الداء السكري من النوع 1 (الداء السكري المعتمد على الإنسولين)، لا توقف أخذ الإنسولين وتابعه حتى تحصل على كمية كافية من هدرات الكربون. قل دائماً للأشخاص الذين يعتنون بك أو يعالجونك إنك تحتاج إلى الإنسولين.

استعمال أدوية أخرى

يسبّب بعض الأدوية تغييرات في معدل سكر الدم (انخفاضاً أو ارتفاعاً أو الاثنين معاً حسب الحالة). في كل حالة، قد يكون من الضروري ضبط عيار الإنسولين الذي تأخذه لتفادي معدلات السكر المنخفضة جداً أو المرتفعة جداً. فكن حذراً ليس عندما تبدأ دواء آخر فحسب، بل عندما توقفه كذلك.

أعلم طبيبك أو الصيدليّ بكافة الأدوية التي تتناولها حالياً أو تناولتها مؤخّراً بما فيها تلك حصلت عليها بدون وصفة طبيّة. قبل أن تتناول أيّ دواء، اسأل طبيبك إن كان يمكن أن يؤثّر هذا الدواء على معدل السكر في دمك وأيّ إجراء، في حال وجوده، عليك اتخاذه.

الأدوية التي قد تتسبب بتدنّ في معدل السكر في دمك (نقص سكّر الدم) تتضمّن:
- كافة الأدوية الأخرى لعلاج السكري،
- مثبطات الأنزيم المحوّل للأنجيوتنسين ACE (المستعملة لعلاج بعض أمراض القلب أو ارتفاع ضغط الدم)،
- الديزوبيرامِيد (المستعمل لعلاج بعض أمراض القلب)،
- الفليوكسيتين (المستعمل لعلاج الاكتئاب)،
- أدوية الفيبرات (المستعملة لتخفيض المعدلات العالية من شحوم الدم)،
- مثبطات الأكسيداز الأحادي الأمين (المستعمل لعلاج الاكتئاب)،
- البنتوكسيفيلين والبروبوكسيفن والساليسيلات (مثل الأسبيرين المستعمل لتسكين الألم وتخفيض الحمى)،
- المضادات الحيوية سولفوناميد.

الأدوية التي قد تتسبب بارتفاع في معدل السكر (فرط ضغط الدم) في دمك تتضمّن:
- الستيرويدات القشريّة (مثل "الكورتيزون" المستعمل لعلاج الالتهاب)،
- الدانازول (دواء له فعل على الإباضة)،
- الديازوكسايد (المستعمل لعلاج ضغط الدم المرتفع)،
- مدرّات البول (المستعملة لعلاج ضغط الدم المرتفع أو احتباس السوائل المفرط)،
- الغلوكاغون (هورمون البنكرياس الذي يُستعمل لعلاج التدنّي الحاد في سكّر الدم)،
- الإيزونيازيد (المستعمل لعلاج السلّ)،
- الاستروجين والبروجستوجين (مثلاً في حبة منع الحمل المستعملة لتنظيم النسل)،
- مشتقات الفينوثيازاين (المستعملة لعلاج الاضطرابات النفسيّة)،
- السوماتروبين (هورمون النموّ)،
- أدوية مقلّد الودي (مثلاً إيبينيفرين [أدرينالين] وسالبوتامول وتربوتالين لعلاج الربو)،
- الهورمونات الدرقية (المستعملة لعلاج اضطرابات الغدّة الدرقيّة)،
- مثبّطات البروتياز (المستعملة لعلاج فيروس نقص المناعة البشري)،
- الأدوية اللانمطيّة المضادة للذهان (مثل الأولنزابين والكلوزابين).

وقد يرتفع معدّل السكر في دمك أو ينخفض إذا أخذت:
- حاصرات البيتا (المستعملة لعلاج ضغط الدم المرتفع)،
- الكلونيدين (المستعمل لعلاج ضغط الدم المرتفع)،
- أملاح الليثيوم (المستعملة لعلاج الاضطرابات النفسيّة).

وقد يسبب البنتاميدين (المستعمل لعلاج بعض حالات الخمج التي تسبّبها الطفيليات) تدنّي سكر الدم ويتبعه أحياناً فرط سكر الدم.

وإن حاصرات البيتا مثل أدوية مقلّد الودي الأخرى (مثل الكلونيدين والغوانيثيدين والرزربين) قد تضعف عوارض التحذير الأولى عند حصول تدنّ في سكر الدم أو قد تخمدها تماماً.

إن لم تكن واثقاً مما إذا كنت تتناول أحد هذه الأدوية، إسأل طبيبك أو الصيدلي.

إستعمال إنسومان بازال مع الطعام والشراب

قد يرتفع معدّل السكّر في دمك أو ينخفض إذا كنت تشرب الكحول.

الحمل والإرضاع

إستشيري طبيبك أو الصيدلي قبل تناول أيّ دواء.

أعلمي طبيبك إن كنت تنوين الحمل أو إن كنت حاملاً. قد يكون من الضروري تغيير جرعة الإنسولين التي تأخذينها خلال الحمل وبعد الولادة. إن التحكّم الدقيق بالداء السكري الذي تعانين منه والوقاية من تدنّي سكر الدم مهمّان لصحة طفلك. ولكن ما من خبرة في استعمال انسومان بازال لدى الحوامل.

إن كنت ترضعين، استشيري طبيبك لأنك قد تحتاجين إلى تعديل في جرعات الإنسولين ونظامك الغذائي.

القيادة واستعمال الآلات

إن قدرتك على التركيز أو التفاعل قد تضعف في الحالات التالية:
- إن كنت تعاني من تدنّي سكر الدم (معدلات السكر في الدم منخفضة)،
- إن كنت تعاني من فرط سكر الدم (معدلات السكر في الدم مرتفعة)،
- إن كنت تعاني من مشاكل في البصر.

الرجاء أن تبقي هذه المشكلة الممكنة في ذهنك في الحالات كافة التي قد تعرّض فيها نفسك والآخرين للخطر (مثلاً قيادة سيارة أو تشغيل آليات). يجب عليك الاتصال بطبيبك لتسأله ما إذا كان من المستحسن أن تقود في الحالتين التاليتين:
- إذا كنت تعاني من نوبات متكررة من تدني سكر الدم،
- إذا كانت عوارض التحذير الأولى التي تساعدك على التعرّف إلى تدنّي سكّر الدم ضعيفة أو غائبة كليّاً.

معلومات مهمّة حول بعض مكوّنات إنسومان بازال

يحتوي هذا الدواء على أقلّ من 1 م مول (23 ملغ) من الصوديوم في الجرعة الواحدة أيّ أنّه أساساً "خالٍ من الصوديوم".

3. كيف تستعمل انسومان بازال

معايرة الجرعات

استناداً إلى أسلوب حياتك ونتائج فحوصات معدل السكر (الغلوكوز) في دمك، فإن طبيبك سوف:
- يحدد كمية الانسومان بازال التي ستحتاج إليها في اليوم،
- يقول لك متى عليك التحقق من معدل السكر في دمك وإن كنت تحتاج إلى إجراء فحوصات بول،
- يقول لك متى قد تحتاج إلى حقن جرعة أعلى أو أدنى من انسومان بازال.

قد تؤثّر عوامل كثيرة على معدل السكر في دمك. يجب عليك أن تعرف هذه العوامل كي تكون قادراً على التصرّف بطريقة صحيحة حيال التغييرات في معدل السكر في دمك فتحول دون ارتفاعه أو تدنّيه كثيراً. راجع الإطار في نهاية هذه النشرة لمزيد من المعلومات.

عدد مرّات الاستعمال

يُحقن انسومان بازال تحت الجلد قبل الطعام بـ45 إلى 60 دقيقة.

طريقة الاستعمال

لا تحقن انسومان بازال داخل وريد.

سوف يُريك طبيبك المكان في الجلد حيث عليك أن تحقن الإنسولين. مع كل حقنة، غيّر موقع الوخز ضمن المنطقة المحددة من الجلد التي تستعملها.

كيفيّة استعمال القوارير

يحتوي انسومان بازال على 100 وحدة دولية إنسولين في المليلتر الواحد. يجب فقط استعمال المحاقن المخصصة لهذا التركيز من الإنسولين (100 وحدة دوليّة/مل). يجب ألّا تتضمّن هذه المحاقن أيّ أدوية أخرى أو آثار أدوية (آثار هباريْن مثلاً).

قبل عملية السحب الأولى للإنسولين، يجب عليك نزع غطاء السلامة عن القارورة.

امزج الإنسولين جيّداً قبل كل عملية حقن مباشرة. إن أفضل طريقة للقيام بهذا هي جعل القارورة تدور على نحو مائل بين راحتيّ اليدين. لا تزجّ القارورة بقوة لأن هذا قد يلحق الضرر بالانسولين ويسبّب رغوة. وبسبب الرغوة قد يصعب عليك قياس الجرعة الصحيحة.

بعد المزج، يجب أن يكون المستعلق متّسقاً وأبيض كالحليب. يجب عدم استعماله إذا بقي شفّافاً أو إذا وُجدت مثلاً كتلاً أو رقائق أو جسيمات أو أي شيء مشابه في المستعلق أو على جوانب القارورة أو في قعرها. عندئذ يجب استعمال قارورة جديدة مع مستعلق متّسق عند المزج.

إستعمل دائماً قارورة جديدة إذا لاحظت أن التحكّم بمعدّل السكر في دمك يزداد سوءاً بصورة غير متوقعة. هذا لأن الإنسولين قد يكون فقد بعض فعاليته. إن كنت تعتقد أنك تواجه مشكلة مع الإنسولين الذي تأخذه، أطلب من طبيبك أو من الصيدليّ فحصه.

العناية الخاصة قبل الحقن

قبل الحقن، أزل أيّ فقّاعات هواء. وتأكد من أن لا الكحول ولا أيّ مطهّرات أو مواد أخرى تلوّث الإنسولين. لا تمزج الإنسولين مع أيّ أدوية أخرى.

يمكن مزج انسومان بازال مع كافة مستحضرات الإنسولين البشري من صنع سانوفي–أفنتس Sanofi–Aventis. ما عدا تلك المعدّة للاستعمال خصيصاً في مضخات الإنسولين. كما أنه لا يجب مزجه مع الإنسولين الحيواني المصدر أو قرائن الإنسولين.

سيقول لك طبيبك إن كان عليك مزج مستحضرات الإنسولين البشري من صنع سانوفي–أفنتس Sanofi–Aventis. إن احتجت إلى حقن مزيج، إسحب الإنسولين الآخر إلى داخل المحقنة قبل انسومان بازال. احقن حالما تنتهي من المزج. لا تمزج مستحضرات إنسولين مختلفة العيارات (مثلاً 100 وحدة دولية في المليلتر و40 وحدة دولية في المليلتر).

أخطاء المعايرة

إذا حقنت كميّة إنسومان بازال أكبر من التي عليك حقنها
- إذا **حقنت كمية كبيرة من إنسومان بازال**، قد تصاب بتدنّي سكر الدم (نقص سكّر الدم). إفحص السكر في دمك تكراراً بصورة عامة، لتفادي تدنّي سكر الدم، يجب عليك أن تأكل أكثر وتراقب السكر في دمك. للمعلومات حول معالجة تدنّي سكر الدم، راجع الإطار في نهاية هذه النشرة.

إذا نسيت استعمال إنسومان بازال
- إذا **فوتّ جرعة إنسومان بازال** أو إذا **لم تحقن كميّة كافية من الإنسولين**، قد يرتفع كثيراً معدل السكر في دمك (فرط سكّر الدم). إفحص السكر في دمك تكراراً. للمزيد من المعلومات حول علاج فرط سكر الدم، راجع الإطار في نهاية هذه النشرة.
- لا تأخذ جرعة مضاعفة للتعويض عن الجرعة التي فوّتها.

إذا توقّفت عن استعمال إنسومان بازال

يمكن أن يؤدي هذا إلى إصابتك بفرط سكّر الدم (ارتفاع كبير في سكّر الدم) وبالحماض الكيتوني (اشتداد الحمض في الدم لأن الجسم يحلّل الدهن بدل السكر).

لا توقف إنسومان بازال بدون استشارة الطبيب الذي سيقول لك ما الذي عليك فعله. إذا كان لديك أيّ أسئلة إضافيّة حول استعمال هذا الدواء، إطرحها على الطبيب أو الصيدلي.

4. التأثيرات الجانبية المحتملة

مثل الأدوية كلّها، يمكن أن يسبّب إنسومان بازال تأثيرات جانبيّة لا يُصاب بها المرضى كلّهم.

كما هي الحال مع كل علاجات الإنسولين، التأثير الجانبيّ الأكثر شيوعاً هو **نقص سكر الدم (تدنّي سكر الدم)**. قد يسبب تدنّي سكر الدم الحاد نوبة قلبية أو ضرراً في الدماغ وقد يهدد الحياة. للمزيد من المعلومات حول التأثيرات الجانبيّة لانخفاض سكّر الدم أو ارتفاع سكّر الدم، راجع الاطار في نهاية هذه النشرة.

الارتكاسات التحسسيّة الحادة تجاه الإنسولين قد تحصل مما قد يسبّب خطراً على الحياة. ويمكن أن تسبّب هذه الارتكاسات تجاه الإنسولين أو تجاه الأسوغة ارتكاسات جلديّة واسعة النطاق (طفح وحكّة في الجسم كلّه) وتورّماً حاداً في الجلد أو الأغشية المخاطيّة (خرّب وعاني) وضيق نفس وهبوطاً في ضغط الدم مع تسارع في دقّات القلب وتعرّقاً.

التأثيرات الجانبيّة الشائعة (التي أفيد عنها لدى أقلّ من مريض من أصل 10 ولكن لدى أكثر من مريض من أصل 100)
- الأوديما: قد يسبّب العلاج بالإنسولين احتباساً موقّتاً للماء في الجسم مع تورّم الربلتيْن والكاحلين.
- ارتكاسات في موقع الحقن:

التأثيرات الجانبيّة غير الشائعة (التي أفيد عنها لدى أقلّ من مريض من أصل 100 ولكن لدى أكثر من مريض من أصل 1000)
- ارتكاس تحسسيّ حاد مع انخفاض ضغط الدم (صدمة)
- شرى في موقع الحقن (طفح مع حكّة).

التأثيرات الجانبيّة الأخرى
- **الارتكاسات التحسسيّة المجموعيّة**

قد تتضمّن العوارض ذات الصلة ارتكاسات جلديّة واسعة النطاق (طفح وحكّة في الجسم كلّه) وتورّماً حاداً في الجلد أو الأغشية المخاطيّة (خرّب وعاني) وضيق نفس وهبوطاً في ضغط الدم مع تسارع في دقّات القلب وتعرّقاً.
- **التأثيرات على البصر**

يمكن أن يسبّب تغيير كبير (تحسّن أو تدهور) في التحكّم بمعدّل السكر في دمك اضطرابات مؤقتة في بصرك. إن كنت تعاني من اعتلال الشبكية التكاثري (مرض في العين سببه الداء السكري)، قد تسبب نوبات تدنّي سكر الدم فقداناً مؤقتاً في البصر.
- **التغييرات الجلديّة في موقع الحقن (سوء التغذية الشحمي)**

إذا حقنت الإنسولين لمرّات كثيرة في الموقع نفسه من الجلد، قد ينكمش النسيج الشحمي تحت الجلد أو يصبح سميكاً. وبالتالي قد لا يعطي الإنسولين الذي تحقنه في هذا الموقع مفعوله كما يجب. فتغيير موقع الحقن مع كلّ عمليّة حقن قد يحول دون حصول هذه التغييرات في الجلد.
- **الارتكاسات الجلديّة والتحسسيّة**

إن الارتكاسات المعتدلة في موقع الحقن (مثل الاحمرار ونادراً الألم الشديد في موقع الحقن والحكّة والتورّم والالتهاب) من الممكن أن تحصل ويمكنها أيضاً أن تنتشر حول موقع الحقن. وعادة ما تزول أكثرية الارتكاسات الخفيفة تجاه الإنسولين في فترة تتراوح بين بضعة أيام وبضعة أسابيع

قد يدفع العلاج بالإنسولين بالجسم الى إنتاج أجسام مضادة للإنسولين (مواد مضادة للإنسولين). ولكن نادراً جداً ما يتطلّب هذا تغييراً في جرعة الإنسولين التي تأخذها.

أعلم طبيبك أو الصيدلي إذا لاحظت أياً من التأثيرات الجانبية المدرجة أعلاه أو أيّ تأثيرات جانبية أخرى غير مرغوب بها أو غير متوقّعة. وتفادي الارتكاسات الخطرة، أتصل فوراً بالطبيب إذا كان تأثير جانبيّ حاداً أو حدث فجأة أو تفاقم بسرعة.

5. كيف يُحفظ انسومان بازال

إحفظ الدواء بعيداً عن متناول الأطفال ونظرهم.

لا تستعمل انسومان بازال بعد تاريخ انتهاء الصلاحية المدوّن على العلبة وعلى لُصاقة القارورة. يشير تاريخ انتهاء الصلاحيّة إلى اليوم الأخير من الشهر المذكور.

القوارير غير المفتوحة

إحفظها في البرّاد (بين درجتين مئويتين و8 درجات مئوية). لا تجلّدها. لا تضع انسومان بازال قرب الثلّاجة أو حجرة تجميد. أبق القارورة في العلبة الخارجيّة لحمايتها من النور.

القوارير المفتوحة

عندما تصبح القارورة قيد الاستعمال، يمكنك حفظها على حرارة لا تتعدى 25 درجة مئوية حتى 4 أسابيع في علبتها الخارجيّة بعيداً عن الحرّ المباشر (مثلاً قرب وحدة تدفئة) أو النور المباشر (نور الشمس المباشر أو قرب مصباح). لا تستعملها بعد هذه المدة. من المفيد أن تكتب على اللُصاقة تاريخ الاستعمال الأول.

لا ينبغي رمي الأدوية في المياه المبتذلة أو مع النفايات المنزليّة. إسأل الصيدليّ حول طريقة التخلّص من الأدوية التي لم تعد بحاجة إليها. فمن شأن هذه الإجراءات حماية البيئة.

تاريخ المراجعة الأخير لهذه النشرة هو حزيران 2008

ان هذا الدواء

مستحضر يوثر على صحتك و استهلاكه خلافا للتعليمات يعرضك للخطر.

اتبع بدقة وصفة الطبيب و طريقة الاستعمال المنصوص عليها و تعليمات الصيدلي الذي صرفها لك.

- الطبيب و الصيدلي هما الخبيران في الدواء و في نفعه و ضرره.
- لا تقطع مدة العلاج المحددة لك من تلقاء نفسك.
- لا تكرر صرف الدواء بدون استشارة الطبيب.
- لا تترك الادوية في متناول الاطفال.

مجلس وزراء الصحة العرب
واتحاد الصيادلة العرب.

THIS MEDICAMENT

Is a product, which affects your health, and its consumption contrary to instructions is dangerous for you.

Follow strictly the doctor's prescription, the method of use and the instructions of the pharmacist who sold the medicament.

- The doctor and the pharmacist are the experts in medicines, their benefits and risks.
- Do not by yourself interrupt the period of treatment prescribed.
- Do not repeat the same prescription without consulting your doctor.
- Keep all medicaments out of reach of children.

Council of Arab Health Ministers,
Union of Arab Pharmacists.

فرط سكّر الدم وتدنّي سكّر الدم

احمل دائماً معك بعض السكّر (20 غراماً على الأقل).

احمل معك بعض المعلومات التي تُظهر أنك مصاب بالداء السكّري.

فرط سكّر الدم (معدّل مرتفع من سكّر الدمّ)

إذا كان معدّل السكّر لديك مرتفعاً جداً (فرط سكّر الدم)، قد لا تكون حقنت كميّة كافية من الإنسولين.

لماذا يحصل ارتفاع في سكّر الدم؟

تتضمّن الأمثلة ما يلي:
- إذا لم تحقن الإنسولين أو لم تحقن كميّة كافية منه، أو إذا أصبح الإنسولين أقلّ فعاليّة بسبب الخطأ في التخزين مثلاً.
- إذا كنت لا تمارس التمارين الرياضيّة بصورة كافية، ترزح تحت الضغط (ضيق إنفعالي، تأثريّة)، أو إذا تعرضت لإصابة أو خضعت لجراحة، أو أصبت بحمّى أو حمى.
- إذا كنت تتناول أو توقّفت عن تناول بعض الأدوية الأخرى (راجع الفقرة 2 "استعمال أدوية أخرى").
- إذا كنت تتناول أو تناولت بعض الأدوية الأخرى (راجع الفقرة 2 "استعمال أدوية أخرى").

العوارض المحذّرة من فرط سكّر الدم

الظمأ، الحاجة المتزايدة إلى تصريف البول، التعب، جفاف البشرة، احمرار الوجه، فقدان الشهية، ضغط الدم المنخفض، ضربات قلب سريعة، ووجود غلوكوز وأجسام كيتونيّة في البول. الألم المعدي، التنفس العميق والسريع، النعاس أو حتى فقدان الوعي قد تكون علامات تشير إلى حالة خطيرة (حماض كيتوني) تنجم عن النقص في الإنسولين.

ما الذي يجب عليك عمله في حال فرط سكّر الدم؟

إفحص مستوى السكّر في دمك وبولك للتحقق من الأجسام الكيتونيّة ما أن تظهر أيّ من العوارض الموصوفة أعلاه. يجب أن يعالج الطبيب بنفسه الحالات الحادّة من فرط سكّر الدم أو الحماض الكيتوني، وذلك في المستشفى عادة.

تدنّي سكّر الدم (معدّل منخفض من سكّر الدم)

في حال انخفض معدّل السكّر انخفاضا كبيراً قد تفقد وعيك. قد يسبّب تدنّي سكّر الدم الخطير نوبة قلبيّة أو ضرراً في الدماغ وقد يسبّب الوفاة. يجب أن تكون قادراً على معرفة تدنّي سكّر الدم لديك بشكل كبير كي تتمكّن من اتخاذ الاجراءات اللازمة.

لماذا يحصل تدنّ في سكّر الدم؟

تتضمّن الأمثلة ما يلي:
- إذا حقنت كميّة كبيرة من الإنسولين،
- إذا فوتّ وجبات أو أخّرتها،
- إذا لا تتناول كميّات كافية من الطعام، أو تتناول أطعمة تضمّ كميّات من هدرات الكربون أقل من المعدل الطبيعي (السكّر أو المواد المشابهة للسكّر تدعى هدرات الكربون، علماً أن المحليات الاصطناعية لا تعد من هدرات الكربون)،
- إذا خسرت هدرات الكربون بسبب التقيؤ أو الإسهال،
- إذا شربت الكحول، لا سيما إن كنت لا تأكل كثيراً،
- إذا كنت تمارس الرياضة أكثر من العادة أو تمارس نوعاً مختلفاً من النشاط الجسدي،
- إذا كنت تتعافى من إصابة أو جراحة أو ضغط آخر،
- إذا كنت تتعافى من مرض أو من الحمى ،
- إذا كنت تتناول أو تناولت بعض الأدوية الأخرى (راجع الفقرة 2 "استعمال أدوية أخرى").

يرجّح حصول تدنّي سكّر الدم في حال:
- بدأت لتوّك العلاج بالإنسولين أو انتقلت إلى نوع آخر من مستحضرات الإنسولين،
- كانت مستويات سكّر الدم لديك شبه طبيعيّة أو غير مستقرّة،
- غيّرت المنطقة من الجلد التي تحقن فيها الإنسولين (من الفخذ إلى الذراع العلوية مثلاً)،
- تعاني مرضاً حاداً على المستوى الكلوي أو الكبدي، أو أنواع أخرى من الأمراض ومنها قصور الدّرقية.

العوارض التي تشير إلى تدنّي سكر الدم
- في جسمك

أمثلة عن العوارض التي تشير إلى أن معدّل سكّر الدم لديك ينخفض بشكل كبير وسريع: التعرّق، البشرة الدبقة، القلق، دقّة القلب السريعة، ضغط الدم المرتفع، الخفقان، دقة القلب غير المنتظمة. إن هذه العوارض تظهر قبل عوارض تدنّي معدّل السكّر في الدماغ.
- في دماغك

أمثلة عن العوارض التي تشير إلى تدنّي معدّل السكّر في الدماغ: آلام الرأس، جوع شديد، غثيان، تقيؤ، تعب، نعاس، اضطرابات في النوم، تململ، عدائية، تقطع في التركيز، قصور في ردود الفعل، اكتئاب، ارتباك، اضطرابات في الكلام (فقدان القدرة على التكلم في بعض الأحيان)، اضطرابات في النظر، رجفان، شلل، احساس بالوخز (تنمّل)، خدر ووخز في منطقة الفم، دوار، فقدان السيطرة على النفس، عدم القدرة على الاعتناء بالنفس، اختلاجات وفقدان الوعي.

العوارض الأولى التي تشير إلى تدنّي سكّر الدم ("العوارض المحذّرة") قد تتغيّر، تكون أقل وضوحاً أو حتى تختفي تماماً إذا:
- كنت متقدماً في السن، كنت تعاني من الداء السكّري منذ وقت طويل، كنت تعاني من مرض عصبيّ معيّن (اعتلال عصبي سكريّ مستقلّ)،
- عانيت مؤخرا من تدنّي سكّر الدم (اليوم السابق مثلاً)، أو في حال تطوّر ببطء،
- كانت مستويات سكّر الدم شبه طبيعية أو على الأقل تحسّنت بشكل كبير،
- انتقلت مؤخراً من إنسولين حيواني إلى إنسولين بشري، إنسومان مثلاً،
- كنت تتناول أو تناولت بعض الأدوية الأخرى (راجع الفقرة 2 "استعمال أدوية أخرى").

في هذه الحالة، قد تصاب بتدن حاد في سكّر الدم (وحتى تفقد الوعي) قبل أن تعي المشكلة. حاول أن تتعرّف بشكل دائم على العوارض المحذّرة. ان فحوصات سكّر الدم بشكل متكرّر، عند الضرورة، قد تساعدك على التعرّف على النوبات الخفيفة من تدنّي سكّر الدم التي يمكن أن تُهمل لولا هذه الفحوصات. عندما لا تكون واثقاً من قدرتك على التعرّف على العوارض المحذّرة الخاصة بك، تجنّب الحالات (قيادة السيارة مثلاً) التي تعرّضك والآخرين إلى الخطر عند تدنّي سكّر الدم.

ما الذي يجب فعله عند تدنّي سكّر الدم؟

1. لا تحقن الإنسولين. تناول على الفور من 10 إلى 20 غراماً من السكّر. مثلاً الغلوكوز أو مكعّبات السكّر أو المشروبات المحلاة. تحذير: تذكّر أنّ المحليات الاصطناعيّة والأطعمة التي تحتوي على المحليات الاصطناعيّة (مشروبات الحمية مثلاً) لا تساعد في علاج تدنّي سكّر الدم.
2. ثم تناول مأكولات تقدّم مفعولاً طويل الأمد في رفع سكّر الدم (الخبز مثلاً أو المعكرونة). من المفترض أن يكون طبيبك أو الممرضة قد ناقشا هذا الامر معك.
3. في حال تدنّي السكّر مجدداً، تناول كميّة أخرى تتراوح بين 10 و20 غراماً من السكّر.
4. اتصل بالطبيب على الفور في حال عدم قدرتك على التحكّم بتدنّي سكّر الدم، أو في حال عاودك.

أخبر أقاربك وأصدقاءك وزملاءك المقرّبين منك:

أنّه عندما لا تكون قادراً على البلع أو تفقد الوعي، ستحتاج إلى حقنة من الغلوكوز أو الغلوكاغون (دواء يزيد نسبة السكّر في الدم). هذه الحقن مبرّرة حتى في حال عدم التأكّد من حصول تدني في سكّر الدم.

ينصح بفحص السكّر في دمك مباشرةً بعد تناول الغلوكوز للتحقق من حصول تدنّي سكّر الدم.