



고혈당 치료

탄수화물이 포함된 음식을 먹으면 우리 몸은 이를 포도당이라는 당분으로 분해합니다. 우리 몸은 혈당을 사용하거나 저장하는 데 도움이 되는 인슐린이라는 호르몬을 생성합니다. 당뇨병이 있으면 몸에서 인슐린이 충분히 만들어지지 않거나 만들어지는 인슐린을 제대로 사용할 수 없습니다. 이로 인해 혈당 수치가 너무 높아지면 고혈당증이라고 하는 상태가 될 수 있습니다.

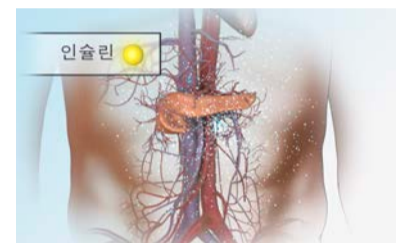
고혈당증은 어떻게 발생하나요?

고혈당증은 다음과 같은 경우에 발생할 수 있습니다:

- 인슐린이나 당뇨병 약을 충분히 복용하지 않는 경우
- 혈당을 높이는 다른 약을 복용하는 경우
- 평소보다 더 많은 음식이나 탄수화물을 섭취하는 경우
- 운동이나 신체 활동이 충분하지 않은 경우
- 아프거나 다치거나 수술을 받는 경우
- 가족이나 직장 문제와 같은 정서적 스트레스가 있는 경우
- 월경 기간 등 호르몬 수치에 변화가 있는 경우



포도당은 소화된 음식에서 나옵니다.



인슐린은 신체에서 생성됩니다.

고혈당 증상:

- 목이 많이 마른 느낌
- 소변을 많이 봄
- 피곤함
- 흐릿한 시야



고혈당증을 치료하지 않으면 혈당이 위험할 정도로 높아져 즉시 응급 치료를 받아야 할 수도 있습니다.

혈당 목표 범위 파악하기

고혈당 치료 방법을 이해하기 위한 첫 번째 단계는 자신의 정상 혈당 목표 범위를 아는 것입니다.



고혈당 증상을 느끼거나 발견하면 즉시 혈당 수치를 확인해야 합니다.



혈당이 목표 범위를 초과하는 경우 다음을 수행하세요.



A. 물이나 기타 무설탕 음료를 충분히 마셔 수분을 유지해야 합니다.



B. 인슐린이나 당뇨병 약을 담당 의료진의 지시에 따라 복용해야 합니다.



담당 의료진과 먼저 상의하지 않고 추가 약물을 복용하지 않아야 합니다.



C. 4시간마다 혈당을 체크해야 합니다.



D. 평소 식사 계획을 따라야 합니다.



E. 가능하다면 신체 활동이나 운동을 늘려야 합니다.



혈당이 270 이상이면 운동을 하지 마십시오. 운동을 하면 혈당 수치가 더 높아질 수 있습니다.



혈당이 목표 범위 이상으로 유지되거나 즉각적인 치료가 필요할 수 있는 다음과 같은 증상이 나타나면 담당 의료진에게 문의하십시오:

- 숨가쁨
- 입에서 과일 향이 나는 경우
- 입이 매우 건조할 경우
- 혼란

고혈당증 예방

고혈당증 예방 방법:

- 정기적으로 혈당을 체크해야 합니다
- 평소 식사 계획을 따라야 합니다
- 담당 의료진의 처방에 따라 당뇨병 약을 복용해야 합니다
- 스트레스를 조절해야 합니다
- 규칙적으로 운동하다



고혈당 치료에 대해 자세히 알아보려면 담당 의료진과 상담하십시오.

본 책자는 당신이 의료 전문인으로부터 받은 정보를 보조하기 위한 것입니다. 본 정보는 절대로 개인적인 의료 자문으로 간주될 수 없습니다. 질문이나 의견은 항상 당신의 의료 전문인에게 연락하십시오.