اليوم العالمي للسكري

ماذا يجب عليك فعله حين تشعر بأعراض انخفاض سكر الدم

١- افحص مستوى السكر في الدم

70

افحص مستوى السكر في الدم اذا كان اقل من ٧٠ ملغم/دسل

- نصف كاس عصير
- أو
- ملعقة طعام عسل
- أو
- ملعقة طعام سكر إذابته في نصف كوب من الماء
- أو
- ٢ حبات تمر

٢- اذا كان اكثر من ٧٠ ملغم /دسل

- وكان وقت وجبة قم بإعطاء الوجبة من ثم جرعة الانسولين .
- اذا كان ليس وقت وجبة قم بإعطاء وجبة خفيفة (نصف كوب حليب او قطعتين بسكوت او شريحة توست بالجبن)

اذا كان اقل من ٧٠ ملغم /دسل

قم بإعادة الخطوة الاولى