

Diabetes Mellitus Saat Sakit & Penanganannya



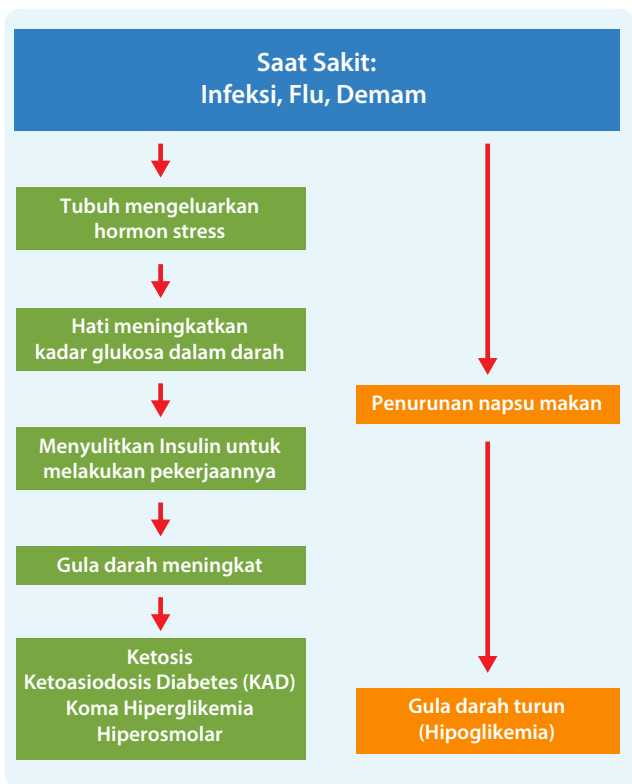
Klinik Diabetes Nusantara

Untuk Informasi dan Pendaftaran
Hubungi Call Center:

021-751 6699

www.klinikdiabetesnusantara.com

Apa yang terjadi pada pasien Diabetes saat sakit?



Apa saja tanda dan gejalanya?



Merasa lemas atau lelah



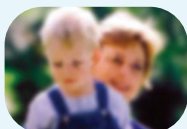
Mual dan/ atau muntah



Merasa haus setiap saat



Sering buang air kecil



Pandangan buram

Gejala awal KAD

- Haus atau mulut sangat kering
- Sering kencing
- Kadar GD biasanya > 250 mg/dL
- Kadar keton di darah/urin +

Gejala lanjut KAD

- Terasa sangat Lelah
- Kulit kering/kemerahan
- Mual, muntah, atau nyeri perut
- Sulit bernapas
- Napas berbau keton
- Sulit berkonsentrasi/linglung

Bagaimana tips penanganan Diabetes saat sakit?

S	I	C	K
<i>Sugar</i>	<i>Insulin</i>	<i>Carbohydrate</i>	<i>Ketone</i>
Cek kadar gula tiap 3-4 jam atau sesuai kebutuhan dan buat catatan	Tetap suntik Insulin Jika tidak, dapat menyebabkan kondisi ketosis	Minum air yang cukup Jika kadar gula tinggi: minum air bebas gula Jika kadar gula rendah: minum minuman mengandung gula/karbo	Cek keton urin/ darah per 4 jam

Makan & Minum

- Sebaiknya tetap makan sesuai rencana gizi dan banyak minum
- Bila nafsu makan terganggu: makan makanan yang mudah dicerna dan cairan yang mengandung karbohidrat 50 gram tiap 3-4 jam

½ gelas jus buah (jeruk/apel)
1 lembar roti
2 biskuit manis
1 gelas susu

½ gelas minuman ringan
1 gelas sup
½ gelas kentang

- Minum dapat mencegah dehidrasi saat muntah, demam atau diare serta menurunkan kadar GD dan keton dalam darah

Obat-obatan

- Bila ingin minum obat warung → lihat adakah kandungan gula (sebaiknya yang tanpa gula)
- Aspirin dosis tinggi dapat menurunkan gula darah
- Obat flu dapat meningkatkan gula darah: pseudoephedrine, obat batuk, kafein → meningkatkan denyut jantung
- Atasi penyakit dasar:
Minum antibiotik
Obat penghilang nyeri dan penurun panas
- Bagi pasien yang memakai insulin, harus terus dilanjutkan. Bila tidak makan/muntah, insulin bolus (yang sebelum makan) tidak perlu digunakan. Basal atau insulin long acting tetap diperlukan selama sakit, dan mungkin diperlukan dosis yang lebih dari biasa.
- Bagi pasien yang menggunakan obat minum:
SU → dosis mungkin perlu diturunkan karena risiko hipoglikemia
- Metformin → ganti insulin pada penyakit yang berat sebab dehidrasi dan penurunan fungsi ginjal dapat meningkatkan risiko asidosis laktat (meskipun jarang)

Kapan harus ke Dokter?

1. Muntah atau diare selama >6 jam
2. Sulit makan dan minum
3. Kadar gula darah ≥ 250
4. Hipoglikemia: Gula darah ≤ 70 mg/dL
5. Mengalami gejala ketoasidosis: nyeri perut dan mual, sulit bernapas, napas bau keton, mulut kering, delirium kesadaran berkurang)
6. Mengalami gejala hiperosmolar hiperosmosis: mulut kering, kulit kering, demam tinggi, halusinasi, pandangan hilang, gula darah ≥ 600 mg/dL
7. Tidak membaik setelah 2 hari



Check list saat sakit

- Ikuti rencana dan gunakan sick day kit (peralatan yang digunakan saat sakit)
- Beritahu orang lain bahwa anda sakit
- Bila anda dalam terapi insulin, periksa gula darah lebih sering
- Tetap minum obat atau menggunakan insulin
- Bila menggunakan insulin, dosis dapat ditingkatkan
- Minta bantuan, konsultasi ke dokter atau hubungi edukator diabetes
- Minum yang cukup dan tetap makan
- Cari pertolongan medis jika perlu

Sick day kit (peralatan yang digunakan saat sakit)

- Salinan rencana saat sakit
- Glukometer
- Buku catatan gula darah
- Termometer
- Obat penghilang nyeri (analgetik)
- Makanan dan minuman saat sakit
- Terapi hipoglikemia
- Pen Insulin
- Nomor telepon Dokter

Catatan

No Telp Dokter:

Waktu	Makan/ Minum	Insulin/ Obat oral	Gula Darah	Keton Urin	Gejala (Demam, Muntah, Pusing, dll)