

生病的日子

常见的疾病是：流行性感冒或伤风的感染，发烧，腹泻和呕吐。

一位糖尿病患者患疾病可能会产生：

- 血液葡萄糖的增加。
- 尿液中丙酮的出现。
- 更大的脱水倾向。

因此要知道在此情况下如何做出相应的行动是很重要的。

普遍的建议

1. 不管服用药片还是注射胰岛素针都不要停用。以惯有的剂量服用或注射。
2. 尽管葡萄糖指数很高，而且您在发烧，并只有一点点食欲，都不要停止进食。每日每隔三小时要喝至少2-3升的液体饮料。烹饪以水，鲜榨果汁，加糖的茶类（比如茶），浓汤，米汤，菜泥，粗面粉，饼干，面包等为主的稀松的液体类食物。如果您有呕吐现象的话，一开始饮用少量的水和液体饮料，但要多次饮用。并以固体食物取代糊状或液体食物。
3. 如果您在发烧请服用抗热药，比如paracetamol药片。
4. 如果您有剧烈腹泻，请取消饮用牛奶和奶制食品。请喝米汤，胡萝卜和土豆泥。请饮用大量液体饮料（每日大于三升）。
5. 请卧床休息。
6. 增加自我测试葡萄糖的次数，至少每日三次（在早饭，午饭，晚饭前）并记录结果。
7. 如果血液葡萄糖指数在300mg/dl以上，或者继续呕吐或发烧现象，请您要控制尿液中丙酮的出现，尤其是如果您注射胰岛素针。尿液中的丙酮可使用医生给您的试纸通过尿液反应出来。



如果您有以下症状倾向医生咨询：

- 在48小时内病情未有好转。
- 葡萄糖指数在300mg/dl以上。
- 呕吐，而且在数小时内不能服用任何液体食物。
- 尿液中出现丙酮（试纸上出现一个或多个十字）。
- 有很多睡意或强烈的口干，或发烧大于39度。
- 对应该采取的措施产生疑问。