



DIABETESTA SAIRASTAVAN KOTIHOIDON ASIAKKAAN HOITOTYÖ

KRISTA PUUSTINEN



2021

DIABETES

- HAIMAN INSULIININ TUOTANTO ON HÄIRIINTYNYT
 - LOPPUNUT KOKONAAN (SISÄSYNTYINEN TULEHDUS) → 1.TYYPIN DIABETES
 - VÄHENTYNYT → 2. TYYPIN DIABETES
- INSULIINI SÄÄTELEE ENERGIA-AINEENVAIHDUNTAA ELI SOKERIN JA RASVAN KÄYTTÖÄ JA VARASTOITUMISTA SEKÄ VALKUAISAINOIDEN RAKENTUMISTA
- HAIMAN BEETASOLUT AISTIVAT ELIMISTÖN VERENSOKERIN MUUTOKSIA
 - VERENSOKERIN NOUSTESSA → INSULIININ TUOTANTOA
 - VERENSOKERIN LASKIESSA → GLUKAGONIN ERITYSTÄ

DIABETEKSEN OIREET

DM 1 OIREET OVAT VOIMAKKAITA JA NOPEITA

- VIRTSAKERITYKSEN LISÄÄNTYMINEN JA SUURET VIRTSAAMÄÄRÄT
- JANO
- TAHATON LAIHTUMINEN
- VÄSYMYS, UNELIAISUUS
- ASETONIN HAJU HENGITYKSESSÄ

DM 2 OIREET KEHITTYVÄT HITAASTI JA ELIMISTÖ TOTTUU NIIHIN

- VÄSYMYS JA VETÄMÄTTÖMYYS RUOKAILUN JÄLKEEN
- MASENNUS
- ÄRTYNEISYYS
- JALKASÄRKY
- NÄÖN HEIKKENEMINEN
- TULEHDUSHERKKYYS

KOTIHOIDOSSA DIABETEKSEN HOITAMISESSA JA ASIAKKAAN OHJAAMISESSA TÄRKEÄÄ ON

- VERENSOKERIN SÄÄNNÖLLINEN MITTAAMINEN
- TERVEELLISEN RAVITSEMUKSEEN OHJAAMINEN
- PÄIVITTÄISEEN LIIKUNTAAN KANNUSTAMINEN
- LÄÄKEHOIDON TOTEUTTAMINEN
- TUPAKOIMATTOMUUTEEN JA PÄIHTEETTÖMYYTEEN OHJAAMINEN
- SEURANTA SÄÄNNÖLLISESTI MYÖS
 - VERENPAINETTA JA PULSSIA
 - PAINOA

VERENSOKERIN MITTAAMINEN

- PERUSTEHTÄVÄ KOTIHOIDON TYÖSSÄ
- VERENSOKERIARVOT KERTOVAT OVATKO INSULIINIANNOKSET SOPIVASSA SUHTEESSA RUOKAMÄÄRIIN JA KULUTUKSEEN SEKÄ ARKIPÄIVÄN MUUTTUVIIN TILANTEISIIN
- INSULIINIA PISTÄVÄN ASIAKKAAN VERENSOKEREITA TARKKAILLAAN USEAMMAN KERRAN PÄIVÄSSÄ
- TABLETTIHOITOINEN DIABETES EI TARVITSE NIIN USEITA MITTAUKSIA
- ASIAKKAALLA OMA MITTARI, JOLLA ARVOT MITATAAN
- PITKÄAIKAINEN SOKERIARVO HBA1C
 - MITÄ SUUREMPI ARVO NIIN SITÄ KORKEAMPI KESKIMÄÄRÄINEN VERENSOKERI ON OLLUT MUUTAMAN VIIMEISEN KUUKAUDEN AJAN

VERENSOKERISENSORI

- KÄSIVARTEEN KIINNITETTÄVÄ SENSORI → EI TARVITA IHOPISTOJA
- SEURANTALUKIJA KÄYTETÄÄN SENSORIN LÄHELLÄ → NÄKEE VERENSOKERIKÄYRÄN 8 H AJALTA
- LUKIJA NÄYTTÄÄ VERENSOKERITASAPAINON VIIKONAJALTA
- TULEVAISUUDESSA ETÄLUETTAVAT SENSORIT
- VERENSOKERISENSORIN VAIHTAMINEN KÄTEEN

VERENSOKERIARVOT

- TERVE IHMINEN
 - PAASTON JÄLKEEN 6 MMOL/L TAI VÄHEMMÄN, SOKERIRASITUSKOKEEN JÄLKEEN ALLE 7,8 MMOL/L
- KOHONNUT PAASTOPLASMAN SOKERI
 - 6,1-6,9 MMOL/L
- HEIKENTYNYT SOKERINSIETO
 - 7,8-11 MMOL/L
- DIABETES
 - PAASTOSOKERI ON SATUNNAISESTI YLI 7,0 MMOL/L TAI HBA1C 47,5 MMOL/MOL TAI SEN YLI

HYPOGLYKEMIA = MATALA VERENSOKERI

- INSULIINIHOITOISISSA DIABETEKSSESSA PYRITÄÄN SIIHEN, ETTEI VERENSOKERI LASKISI ARVON 4 MMOL/L ALLE
- OIREET:
 - VÄSYMYS, AGGRESSIIVISUUS, JANO, TAJUNNANTASON JA ORIENTAATION LASKU
 - OIREISIIN TOTTUU NIIN, ETTEI NIITÄ HUOMAA
- SYYT:
 - LIIAN PALJON PERUSINSULIINIA YÖN AIKANA
 - LIIAN SUURI ATERIAINSULIINIMÄÄRÄ SUHTEESSA HIILIHYDRAATTEIHIN
 - INSULIININ TAI SUUN KAUTTA OTETTAVAN LÄÄKKEEN ANNOSTELUVIRHE
 - ENNAKOIMATON FYYSINEN RASITUS TAI LIIALLINEN LIIKUNTA
 - VAHINGOSSA LIHAKSEEN ANNETTU INSULIINI
 - RUNSAS ALKOHOLIN KÄYTTÖ
- HOITO:
 - JOS ASIAKAS KYKENEE SYÖMÄÄN, HÄNELLE ANNETAAN VERENSOKERIN NOSTAMISEKSI ESIM. TUOREMEHUA 2 DL, BANAANI, RUISLEIPÄÄ TAI SUKLAATA
 - JOS ASIAKAS ON TAJUTON, AVUSTETAAN KYLKIASENTOON JA ANNETAAN GLYKOKORTIKOIDI INJEKTIO

HYPERGLYKEMIA = KORKEA VERENSOKERI

- OIREET:
 - PAHOINVOINTI, OKSENTELU, KETOAINHEET VIRTSSASSA, SUURET VIRTSAMÄÄRÄT
 - OIREISIIN TOTTUU NIIN, ETTEI HUOMAA VERENSOKERIN NOUSUA
- SYYT:
 - TULEHDUKSET TAI AKUUTTI SAIRASTUMINEN
 - STRESSI
- HOITO:
 - VERENSOKERIN SÄÄNNÖLLINEN SEURANTA 1-2 TUNNIN VÄLEIN
 - LÄÄKÄRIN OHJEEN MUKAAN PIKAINSULIINIA
 - INSULIININ, HIILIHYDRAATTIEN JA NESTEEN RIITTÄVÄ ANNOSTELU
 - SEURATAAN ASIAKKAAN RUOKAILUA JA ATERIATYYPPEJÄ, JOTTA VOIDAAN KERTOA LÄÄKÄRILLE TIETOJA ESIM. INSULIININ LISÄTARPEESTA

DIABEETIKON OMAHOITO

- TERVEELLINEN RUOKAVALIO
 - KOKONAISHIILIHYDRAATTIMÄÄRÄ SUHTEESSA INSULIINIHOITOON → TASAINEN VERENSOKERITASAPAINO
 - DM2 JOHTUU LÄHES AINA YLIPAINOSTA JA ERITYISESTI KESKIVARTALOLIHAVUUDESTA
 - LAHDUTTAMINEN
- LIIKUNNAN HARRASTAMINEN
 - EDISTÄÄ HYVÄÄ VERENSOKERITASAPAINOA
 - LIITÄNNÄISSAIRAUKSIEN SYNTYMISEN ESTO
 - KESTÄVYYSTYYPPIINEN LIIKUNTA
- TUPAKOIMATTOMUUTEEN JA PÄIHTEETTÖMYYTEEN PYRKIMINEN
 - NIKOTIINILAASTARI TAI SÄHKÖTUPAKKA VAIHTOEHTOINA
 - HARRASTUKSIIN OHJAAMINEN TAI TEKEMÄÄN KOTONA SELLAISIA ASIOITA, JOTKA EIVÄT OLE YHTEYDESSÄ TUPAKOINTIIN