DANBURY HOSPITAL
A Higher Level of Care

Folha de Informação aos Pacientes do Danbury Hospital

Diabetes e Regras para "Dias de Doença"

O que significa "dia de doença"?

"Dia de doença" significa qualquer momento em que uma infecção ou outro problema físico estiver presente no organismo. Isso poderia incluir um resfriado, gengivite, um vírus estomacal, infecção do trato urinário ou infecção do pé. Os incômodos físicos de uma cirurgia ou fratura óssea também podem ser incluídos como "dias de doença". **Antes de ficar enfermo**, você deve discutir um plano para lidar com "dias de doença" com o seu médico.

Como o controle do açúcar no sangue é afetado pelos "dias de doença"

Geralmente, os níveis de açúcar no sangue se elevam durante uma doença. Como resultado, talvez seja preciso aumentar a dosagem do medicamento que você normalmente toma para diabetes. Isso é aplicável mesmo se você estiver se alimentando menos do que o normal. A monitoração cuidadosa e regular do nível de açúcar no sangue ajudará tanto você como o seu médico a determinar quanto medicamento será necessário.

Como vou saber se meu nível de açúcar no sangue está elevado quando estiver doente?

É necessário medir o açúcar no sangue com um glicosímetro. Talvez o seu médico lhe dê orientações para verificar o nível de glicose no sangue com maior freqüência do que o normal quando estiver doente. Não é raro essa verificação dos níveis de açúcar no sangue ser feita uma vez cada 4 a 6 horas. Se você estiver sob terapia intensiva com insulina (ou seja, com várias injeções de insulina por dia ou uma bomba de insulina), talvez seja necessário verificar o açúcar no sangue uma vez cada 2 a 4 horas.

O que devo fazer se os resultados das verificações de açúcar no sangue forem elevados?

Em geral, se o resultado da verificação do açúcar no sangue for superior a 250 mg/dL, em duas verificações consecutivas, você deve chamar o seu médico. Se tiver diabetes tipo 1 e o teor de cetonas na urina for "pequeno" ou maior, você ***deve*** chamar o seu médico. Orientações lhe serão dadas sobre como controlar o açúcar no sangue durante sua enfermidade.

Devo tomar meu medicamento mesmo que não consiga comer?

Nunca pare de tomar o medicamento para diabetes, salvo orientação em contrário do seu médico. Parar de tomar o medicamento para diabetes, sem o aconselhamento do seu médico, pode resultar em uma rápida elevação dos níveis de açúcar no sangue, acarretando a possível necessidade de internação. Chame o seu médico para relatar sua enfermidade e determinar se a dosagem habitual do medicamento para diabetes precisa ser ajustada.

O que devo fazer se não consigo me alimentar normalmente nas refeições?

- Mantenha-se bem hidratado(a). Beba pelo menos 8 "onças" (cerca de 240 mL) de água, ou outra

bebida sem calorias nem cafeína, a cada hora.

- Tente ingerir alimentos leves que forneçam calorias e carboidratos semelhantes aos do seu plano de refeições habitual.
- Se não conseguir segurar alimento sólido no estômago, consuma líquidos que forneçam cerca de 50 gramas de carboidrato cada 3 a 4 horas.

Alimento	Porção	Gramas de Carboidrato
Bolachas, refrigerante	4 – 6	15
Cereal cozido	½ xícara	15
Sopa	1 xícara	15 – 20
Suco de frutas	½ xícara	15
Refrigerante normal	¾ xícara	15
Gelatina normal	½ xícara	20
Picolés	1	24
Pudim normal	½ xícara	30
Sorvete tipo sherbet	½ xícara	30
Sorvete	½ xícara	15
Caldos	1 xícara	-
Leite	1 xícara	12
Pudim sem açúcar	½ xícara	15
Iogurte natural com adoçante artificial	1 xícara	17
Iogurte com sabor de frutas	1 xícara	40 -60

Quando é necessário eu chamar o médico?

Enquanto estiver doente, chame o seu médico se tiver qualquer um dos seguintes sintomas:

- Sentir-se doente ou enjoado(a) demais para se alimentar normalmente e não conseguir segurar a comida no estômago por mais de 6 horas;
- Diarréia forte por mais de 6 horas;
- Perder 5 libras (cerca de 2,27 kg) ou mais em um período de dois a três dias;
- Temperatura acima de 101.5 ˚F (28,6 ˚C) ou subindo por mais de 24 horas;
- Nível de glicose no sangue abaixo de 60 mg/dL;
- Teor de cetonas baixo ou mais alto na urina;
- Dificuldade para respirar;
- **Se você sentir sonolência ou não conseguir raciocinar claramente, peça para alguém chamar o seu médico ou ligar para 911.**

Observações/Outras Informações:

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

Fonte:
American Diabetes Association através do site www.diabetes.org

American Association of Clinical Endocrinologists através do site www.aace.com

04/2008