



Giorni di malattia: guida rapida

Essere malati può rendere più difficile la gestione del diabete

- **Livelli elevati di glucosio (zucchero) nel sangue** possono verificarsi anche se si mangia meno del solito. Ciò è dovuto agli ormoni dello stress prodotti dall'organismo.
- Talvolta possono anche verificarsi **bassi livelli di glucosio nel sangue**, soprattutto se si mangia meno o in presenza di vomito o diarrea.
- **Il piano d'azione per i giorni di malattia** fornito dal medico o dall'infermiere indica come gestire il diabete in caso di malattia.
- Se le condizioni peggiorano o se la glicemia rimane troppo alta o troppo bassa nonostante l'applicazione del piano d'azione, **potrebbe essere necessario ricevere assistenza medica**.

Predisporre un piano d'azione per i giorni di malattia

Il piano indica cosa fare quando sei malato, ad esempio:



chi contattare in caso di malattia



quali liquidi assumere



quando controllare la glicemia



modifiche alla terapia insulinica o ai farmaci per il diabete



cosa includere nel kit per i giorni di malattia

Se non ne hai uno, chiedi al tuo medico di preparare un piano d'azione per i giorni di malattia.

Assistenza telefonica NDSS: 1800 637 700
ndss.com.au

Quando iniziare il piano d'azione per i giorni di malattia

- Quando inizi a sentirti male.
- Se i livelli di glucosio nel sangue sono superiori a 15 mmol/L per 8 ore o più.
- In qualsiasi altro momento indicato dal medico o dal piano d'azione.

Tieni sempre pronto un kit per i giorni di malattia



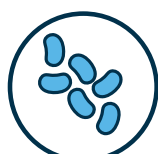
Materiali per il controllo della glicemia



Farmaci



Scorte aggiuntive di insulina e relativi dispositivi



Prodotti per il trattamento della glicemia bassa (ipoglicemia)



Il tuo piano d'azione per i giorni di malattia

Il piano d'azione indicherà cosa includere nel kit.

Contatta il medico o chiama il 000 se:



ti senti assonnato e confuso;



hai difficoltà a respirare;



in caso di vomito persistente o crampi addominali;



presenti segni di grave disidratazione (bocca secca, scarsa produzione di urina, capogiri);



i livelli di glucosio nel sangue rimangono troppo alti o troppo bassi, nonostante il piano d'azione sia stato seguito per i giorni di malattia;



stai troppo male per riuscire a gestire il diabete e non hai nessuno che ti aiuti.



Risorse NDSS

Per accedere a ulteriori risorse (anche nella tua lingua), visita il sito ndss.com.au oppure contatta l'assistenza telefonica NDSS al numero 1800 637 700.

Nota: queste informazioni sono fornite esclusivamente a scopo informativo. Non sostituiscono il parere medico individuale. In caso di dubbi sul proprio stato di salute o ulteriori domande, rivolgersi al proprio professionista sanitario.