

Памятка близким

Самая полезная помощь начинается с простого вопроса: «Что я могу сделать для тебя?»

Договоритесь заранее

- Узнайте, как человек обычно распознаёт низкую глюкозу и где лежит его памятка действий.
- Запишите контакты близких и лечащего врача.
- Попросите показать, где хранятся средства для самоконтроля и помощи.
- Обсудите границы: какая поддержка удобна, а какая воспринимается как контроль.

Если стало плохо

- Оставайтесь рядом и следуйте индивидуальному плану помощи.
- При потере сознания, судорогах или невозможности глотать вызывайте 112.
- Не давайте еду, напитки или таблетки человеку, который не может глотать.
- Если назначен глюкагон, заранее пройдите обучение его применению.

В обычный день

- Не обвиняйте человека в цифрах глюкозы.
- Не меняйте за него дозы, препараты или настройки устройств.
- Помогайте с тем, о чём договорились: покупками, поездкой к врачу или просто разговором.

Общая памятка. Индивидуальный план согласуйте с лечащим врачом. diabalans.ru/ru/articles/hypoglycemia