



טיפים לחולי סוכרת מסוג 1 לצמים ברמדאן

מאת: ד"ר מוחמד שרקייה
יועץ אנדולוגיה וסוכרת ילדים
מרכז רפואי העמק – עפולה
מאחר לכל החוגגים את חודש הרמדאן שיהיה צום קל ומבורך

ככלל, חולי סוכרת נחשבים לחולים עם דרגת סיכון גבוהה בעניין הצום.

- ילדים מתחת לגיל 14-15 שנים – מומלץ לא לצום
- ככלל חולי סוכרת לא מאוזנים (H_{A1C} – מעל 10% - מומלץ לא לצום)
- אם היו אירועים של היפוגלקמיה או חמצת מטבולית בשלושת החודשים שלפני חודש רמדאן – לא לצום
- חולים מאוזנים (עדיין נחשבים בדרגת סיכון) אך אפשר לצום תוך התאמת מינון האינסולין לפי ההמלצות שבהמשך.
- חשוב מאוד לנטר את רמות הסוכר לפחות 6 X פעמים ביממה, במיוחד בימים הראשונים של רמדאן.
- במידה ורמת הסוכר מתחת ל- 70 או מעל 300 – יש לשבור את הצום.

חולים המקבלים טיפול עם זריקות אינסולין:

- את האינסולין הבזלי (ארוך הטווח כגון טריגלודק, לנטוס או לבימיר) יש להוריד את המינון הרגיל ב- 20-30%
- אם מקבלים בזלי פעמיים ביום אזי את המנה של הבוקר יש לקחת בערב אחרי ארוחת אפטאר ואת המנה של הערב יש להוריד את המינון ב- 50% ולקחת בבוקר לפני ארוחת סוחר.
- לגבי האינסולין המהיר (כגון נובורפיד, הומלוג ..) אז יש לקחת את מלוא המינון בארוחת האפטאר וחצי מנה בארוחת סוחר.
- אם המטופל סופר פחמימות אזי עדיף לתת אינסולין מהיר על פי ספירת פחמימות.

חולים המטופלים ע"י משאבת אינסולין:

- יש להוריד את המינון הבזלי ב- 3-4 השעות שלפני ארוחת האפטאר ב- 30-40%
- אחרי אפטאר אפשר להעלות את המינון הבזלי ב- 0-30% תלוי בכמות הפחמימות הנצרכות.
- המינון הפרנדיאלי (בולוסים) נשאר לפי ספירת פחמימות.