

# Staňte se záchránářem: První pomoc při hypoglykémii



Hypoglykémie je stav **nízké hladiny krevního cukru (glukózy)**, která klesá pod normální hodnoty 3,9 mmol/l. Nejčastěji se s ní potýkají pacienti s cukrovkou při nepřiměřené dávce **inzulinu, antidiabetik** nebo při **nedostatku glukózy z jídla**. Do hypoglykémie se může dostat každý při **náročné fyzické aktivitě, dlouhotrvajícím hladovění, nedostatku spánku, stresu, pití alkoholu**. Nízké hladiny krevního cukru ohrožují na životě! Hypoglykémie vede k úbytku nervových buněk, postupuje od zpomaleného myšlení k otoku mozku, bezvědomí a smrti.

## Příznaky hypoglykémie:

- zrychlený tep
- bušení srdce
- pocení, bledost
- nervozita, vnitřní neklid
- závrať, pocit slabosti
- poruchy koncentrace
- rozostřené vidění, mžitky
- bezvědomí

**!** POZOR: Tekutiny ani jídlo **nepodávejte** člověku, který je **opilý, zvrací, nespolupracuje** nebo je v **bezvědomí**. Hrozí **riziko vdechnutí a udušení**.

Hypoglykémie má **stejně klinické projevy jako alkoholová intoxikace** a může se snadno zaměnit. Nebud'te lhostejní, věnujte pár minut pozornosti a ležícího člověka na ulici zkontrolujte, může totiž **bojovat o život**.

## Zdroje:

<http://www.zdravyzivotsukrovkou.cz/cukrovka/zakladni-informace-o-lecbe/prvni-pomoc>  
<https://vaspraktikpraha.cz/clanky/detail/hypoglykemie-priznaky-prevence>  
<https://www.prpom.cz/post/stavy-pri-cukrovce-neboj-se-pomoci>

## První pomoc



1

Zkontrolujte životní funkce a stav vědomí (reaguje na oslovení, na bolest, dýchá, má hmatný puls).



2

Postiženému při vědomí rychle podejte hroznový cukr nebo sladký nápoj (limonáda, voda s cukrem). Kostku cukru vložte do úst mezi tváře a dásně.



3

Při vědomí jej položte do stabilizované polohy na bok těla.



4

Volejte zdravotnickou záchrannou službu (155), pokud se stav nezlepší.



5

Do příjezdu pomoci monitorujte známky vědomí – pokud postižený upadne do bezvědomí, nedýchá normálně, nemá hmatný puls, ihned zahajte resuscitaci.