



NATIONWIDE CHILDREN'S
When your child needs a hospital, everything matters.

Helping Hand™

Health Education for Patients and Families

مراقبة نسبة الجلوكوز في الدم

Monitoring Blood Glucose (Arabic)

يريدك الطبيب أو مقدم الرعاية الصحية أن تقيس كمية الجلوكوز، وهو نوع من السكر، في دمك. وغالبًا ما يُطلق عليه سكر الدم. فلكي يحصل الجسم على الطاقة للعمل بشكل صحيح، يجب موازنة نسبة الجلوكوز في الدم. حيث إن ارتفاع نسبة الجلوكوز في الدم، والذي يسمى ارتفاع السكر في الدم، يمكن أن يتسبب في إلحاق الأذى بالجسم بمرور الوقت. وقد أن يتسبب النقص الشديد في نسبة السكر في الدم في إصابة الشخص بمرض شديد وبسرعة كبيرة. فعندما يحدث نقص السكر في الدم، يجب معالجته على الفور. كلما جرى اختبار جلوكوز الدم بصورة منتظمة، سيصبح بإمكانك معرفة كيفية الحفاظ على توازنه بصورة أفضل.

متى يتم اختبار نسبة الجلوكوز في الدم

- سيخبرك طبيب طفلك أو مقدم الرعاية الصحية بعدد المرات والأوقات التي يتعين فيها فحص مستوى الجلوكوز في الدم.
- __ قد يتعين عليك لفحص مستوى الجلوكوز في الدم من 2 إلى 4 مرات أو أكثر في اليوم.
- __ قد يتغير عدد مرات الفحص بمرور الوقت.
- جدول إجراء الاختبار لطفلك في الوقت الحالي هو:
 - قبل الإفطار والغداء والعشاء ووقت النوم
 - الساعة 3 صباحًا لمدة _____ يومًا
 - قبل الإفطار وبعد العشاء بساعتين
 - غير ذلك:

المستلزمات التي ستحتاجون إليها

- جهاز قياس نسبة السكر في الدم (جهاز أو آلة قياس)
- إبر وخز (أداة مدببة لوخز الجلد)
- مسحات كحولية أو صابون وماء
- أجهزة الوخز الذي يتم تحميله بنابض
- أشربة الاختبار
- Band-Aid® (اختياري)

- مناديل أو كرات قطنية أو مناشف ورقية
- حاوية بغطاء، مثل زجاجة منظف الغسيل أو حاوية الأدوات الحادة، للتخلص من المستلزمات المستخدمة بأمان
- سجل جلوكوز الدم أو كتيب لتدوين القراءات (رقم جلوكوز الدم)

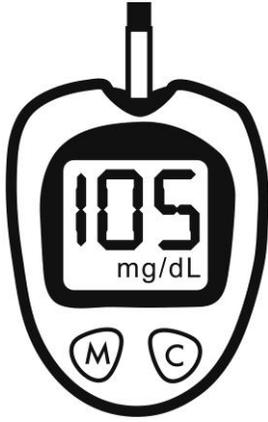
نبذة عن شرائط الاختبار

- شرائط الاختبار تكون جيدة حتى تاريخ انتهاء صلاحية الشركة المصنعة أو لمدة 6 أشهر بعد فتح الزجاج، أيهما يأتي أولاً.
- يُرجى التحقق من تاريخ انتهاء الصلاحية قبل شراء الشرائط. ولا يجب شراء أو استخدام شرائط الاختبار التي ليس لها تاريخ انتهاء أو منتهية الصلاحية.
- الرجاء كتابة التاريخ على الزجاج بعد فتحها.
- يجب التخلص من شرائط الاختبار التالفة. وتجنب التلف، تُخزن شرائط الاختبار بعيداً عن الحرارة أو الضوء المباشر أو الرطوبة.

ما لا يجب فعله	ما يتوجب فعله
<ul style="list-style-type: none"> • لا ينبغي تخزين الشرائط في ضوء الشمس المباشر أو في السيارة أو الحمام. • لا داعي لتبريدها. • لا يجب وضع الشرائط في زجاجة مختلفة. • لا يجب أن يُترك الغطاء مفتوحاً. • لا يجوز وضع أدوات الاختبار في الأماكن التي يمكن للأطفال أو الحيوانات الأليفة الوصول إليها. 	<ul style="list-style-type: none"> • يُنصح بتخزين الشرائط في مكان بعيد عن الضوء كما مثل الدرج. • تُخزن في درجة حرارة الغرفة، بما لا يزيد عن 86°ف (فهرنهايت) أو 30°م (مئوية) وفي مكان جاف. • احتفظوا بالشرائط في الزجاج الأصلية. • يجب إغلاق الغطاء بإحكام لحماية الشرائط من التساقط من الزجاج أو الرطوبة أو زيادة الحرارة. • يجب تخزين جميع مستلزمات الاختبار بعيداً عن تناول الأطفال والحيوانات الأليفة.

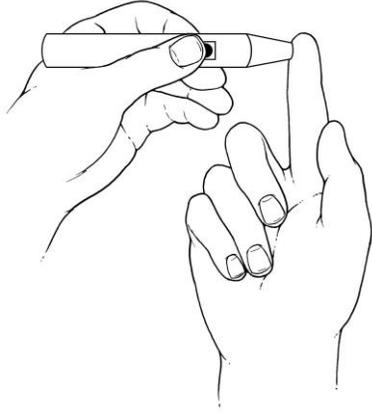
كيفية فحص نسبة الجلوكوز في الدم

1. الرجاء وضع المستلزمات الخاصة بك على سطح نظيف بحيث يسهل الوصول إليها.
 2. اطلبوا من الطفل أن يغسل يديه بالماء والصابون ويجففهما. أو تنظيف الإصبع الذي سيتم استخدامه للاختبار بمسحة كحولية. ثم يُترك ليُجف في الهواء.
- ___ لا داعي لاستخدام معقمات اليدين أو بخاخات الهلام أو رغوة الكحول.
- ___ إذا كانت الأصابع باردة، يمكن تدفئتها عن طريق وضعها تحت ماء الصنبور الدافئ (وليس الساخن). يجب أن تكون الأصابع جافة. فمن الصعب الحصول على الدم من الأصابع الباردة.



مصدر الصورة: المعهد الوطني لداء السكري وأمراض الجهاز الهضمي والكلى، المعهد الوطني للصحة

الصورة 1 جهاز قياس نسبة الجلوكوز في الدم مع إدخال شريط اختبار.



الصورة 2 وخز جانب الإصبع بإبرة الوخز.

3. توضع إبرة الوخز في جهاز الوخز. ويتم لف غطاء إبرة الوخز لفتحه. ثم يوضع غطاء الجهاز مرة أخرى. يتم دفع شريط الاختبار بالكامل لداخل جهاز قياس السكر في الدم (الصورة 1).

4. حدد مكاناً على جانب الإصبع لإجراء الاختبار (الصورة 2).

اختر موضعاً بالقرب من طرف الإصبع. ولا يجب وخز مركز الإصبع أو الطرف ذاته (الصورة 2).

لا ينبغي استخدام الإبهام للاختبار.

لا يجوز وخز الجلد في مكان لم يلتئم أو ملتهب.

يرجى استخدام إصبع وموضع مختلفين في كل مرة. سيمنع هذا تكون النسيج الندبي (الجلد القاسي) في الموضع. فيمكن أن تزداد قساوة الجلد ويصبح الحصول على الدم من هذا الموضع أكثر صعوبة وأشد ألمًا.

5. تثبت إصبع الاختبار. واضغط على إبرة الوخز بقوة على جانب طرف الإصبع. واضغط على زر تشغيل الجهاز. ستقوم إبرة الوخز بوخز الإصبع.

6. يجب أن ترى قطرة دم على الفور. إذا كنت تستخدم ضمادة كحولية، امسح أول قطرة دم بمنديل نظيف أو كرة قطنية.

7. إذا لم تكن قطرة الدم كبيرة بما يكفي للاختبار، فاضغط برفق وحرر طرف الإصبع.

للمساعدة في تدفق الدم، عليك توجيه إصبعك لأسفل نحو الأرض عند الضغط.

8. عندما يطالبك جهاز مراقبة الجلوكوز، المس نهاية الشريط بقطرة دم. سوف يمتص الشريط الدم.

9. امسح الإصبع بمنديل نظيف أو كرة قطنية. وإذا لزم الأمر، ضع ضمادة الإسعافات الأولية.

10. يرجى كتابة قراءة جلوكوز الدم في السجل أو دفتر التسجيل.

11. تخلص من المستلزمات المتسخة. ويجب استخدام إبرة الوخز مرة واحدة فقط. وعليك التخلص منها بصورة آمنة في زجاجة منظفات من البلاستيك أو حاوية أدوات حادة.

المتابعة

- قد يطلب منك طبيب طفلك أو مقدم الرعاية الصحية إرسال سجلات جلوكوز دم طفلك إليهم. وبالنسبة للعائلات التي تم فحصها في مستشفى نيشن وايد للأطفال، يُرجى إرسال السجلات إلى: bloodsugar@nationwidechildrens.org
- الرجاء إحضار جهاز قياس نسبة السكر في الدم وسجلات جلوكوز الدم عند حضور جميع المواعيد الطبية.

متى يجب الاتصال بالطبيب

يُرجى الاتصال بعيادة الغدد الصماء على الرقم 722-4425 (614) أو بطبيب طفلك أو مقدم الرعاية الصحية في حالة:

- عندما تكون قراءة جلوكوز الدم أكبر من: _____
 - قراءة جلوكوز الدم لديهم هي: _____
- غير ذلك: _____