

Hvordan doseres bolus ?

Patientinstruks



Vurder bolusstørrelsen i forhold til følgende :

I. Madens indhold af kulhydrater

1. Du skal kende din kulhydrat/insulin ratio, d.v.s. hvor mange g kulhydrat, der svarer til 1 IE insulin.
2. Kulhydrat/insulinratio kan beregnes ud fra 500-reglen: $500/\text{total insulindøgndosis}$ giver antal g kulhydrater, som 1 enhed insulin dækker.
 - Hvis du får 50 enheder insulin i døgnet, er din insulin/kulhydratinsulintatio således $500/50 = 1$ enhed insulin per 10 g kulhydrat.
 - Hvis du får 25 enheder insulin i døgnet, er din insulin/kulhydratinsulintatio således $500/25 = 1$ enhed insulin per 20 g kulhydrat.

II. Arten af kulhydrater og andre næringsstoffer i maden

1. Du skal ikke tage bolusinsulin til langsomme kulhydrater som grøntsager og fibre.
2. Pasta giver en langsom blodsukkerstigning. Hvis du spiser pasta kan det derfor være en fordel at tage en forlænget eller kombineret bolus.
3. Husk på at andre ingredienser i maden kan påvirke optagelsen af madens kulhydrater. F.eks. medfører fedt i maden en langsommere tømning af mavesækken og dermed en langsommere stigning i blodsukkeret. Ofte ud på natten.
 - Ved fedtrig mad, pizza eller burger er det en god ide at bruge en kombineret bolus. Prøv at give 50 % af bolus her og nu og resten over 8 timer
 - Ved langvarige måltider, som f.eks. ved julefrokost eller fest kan man med fordel give bolus flere gange fordelt over hele måltidet.

III. Blodsukkerniveauet.

Et for højt eller lavt blodsukker skal korrigeres ud fra korrektionsratio.

1. Du skal kende din korrektionsratio, d.v.s. hvor meget blodsukkeret falder på 1 enhed insulin.
2. Korrektionsratio kan beregnes ud fra 100 reglen: $100/\text{total insulindøgndosis}$ giver det fald i blodsukker, som 1 enhed insulin giver.
 - Hvis du får 50 enheder insulin i døgnet er din korrektionsratio altså $100/50 = 2$. Det vil sige at de blodsukker falder 2 mmol per 1 enhed insulin.
 - Hvis du får 20 enheder insulin i døgnet falder blodsukkeret $100/20 = 5$ mmol per enhed insulin.
 - Vær opmærksom på, at hvis du inden for de sidste 2 timer har givet korrektionsbolus, bør aktuelle korrektionsbolus formentlig reduceres. Brug eventuelt bolusguiden til at vurdere hvor stor dosis skal være.

Husk: bolusdosis er dels afhængig af mængden af kulhydrater i måltidet, dels af det aktuelle blodsukker.

Regn med at et ideelt blodsukker før et måltid er 4-6 mmol/l.