

HİPOGLİSEMİ VE İNSÜLİN DİRENCİ

UZM. DYT. BAHAR AKÇİN



Farkında mısınız?

Biz insanların hayatına dokunuyoruz. Hayatta her şey pakettir.
Mesleğimiz insanla uğraşmanın avantaj ve dezavantajı var ama

İnsanlar niye bize geliyor?

Size nasıl yardımcı olabilirim?

İnsanların sıkıntısını gidermenin tatmini...

SUNUM İKİ BASAMAKLI OLACAK

- 1) HİPOGLİSEMİ VE İNSÜLİN DİRENCİ
- 2) VAKA SUNUMU

1. HİPOGLİSEMİ NEDİR?
2. ÇEŞİTLERİ, BELİRTİLERİ, SONUÇLARI
3. DİĞER HASTALIKLARLA İLİŞKİSİ
4. BESLENME İLE DENGELENMESİ
5. İNSÜLİN DİRENCİ İLE BAĞLANTISI NEDİR?

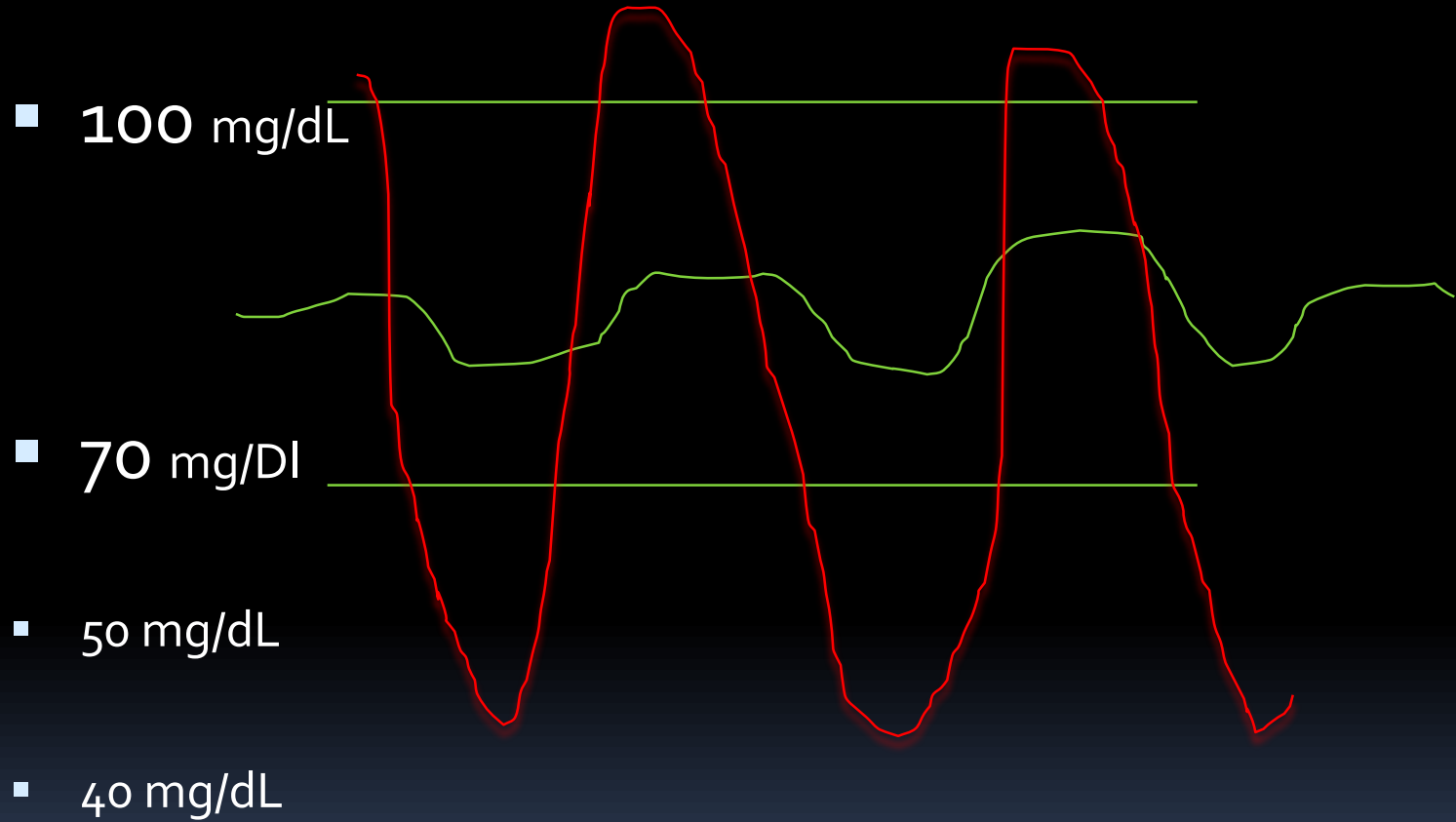
Kilonun Altında Yatan Sebepler

Bataklık örneği

- Fizyolojik sebepler
 - ✓ Tsh, otoimmün hastalıklar, Karbonhidrat metabolizması bozuklukları (Hipoglisemi)
- Psikolojik sebepler
- Beslenmeye dayalı
- Fiziksel aktivite eksikliğine bağlı
- (HEPSİ BİRBİRİYLE BAĞLANTILI)

1. HIPOGLİSEMİ NEDİR?

- Tanım: plazma glukozunda semptom yaratacak kadar düşme
- ile karakterize bir sendromdur. (Kan şekerinin normalin altına düşmesi)
- Normal nedir -> (70-100 mg/Dl)
- İleri Şeker hastalarında farklı rakamlarda olabilir. Önr 350-120 nin altında da olabilir)



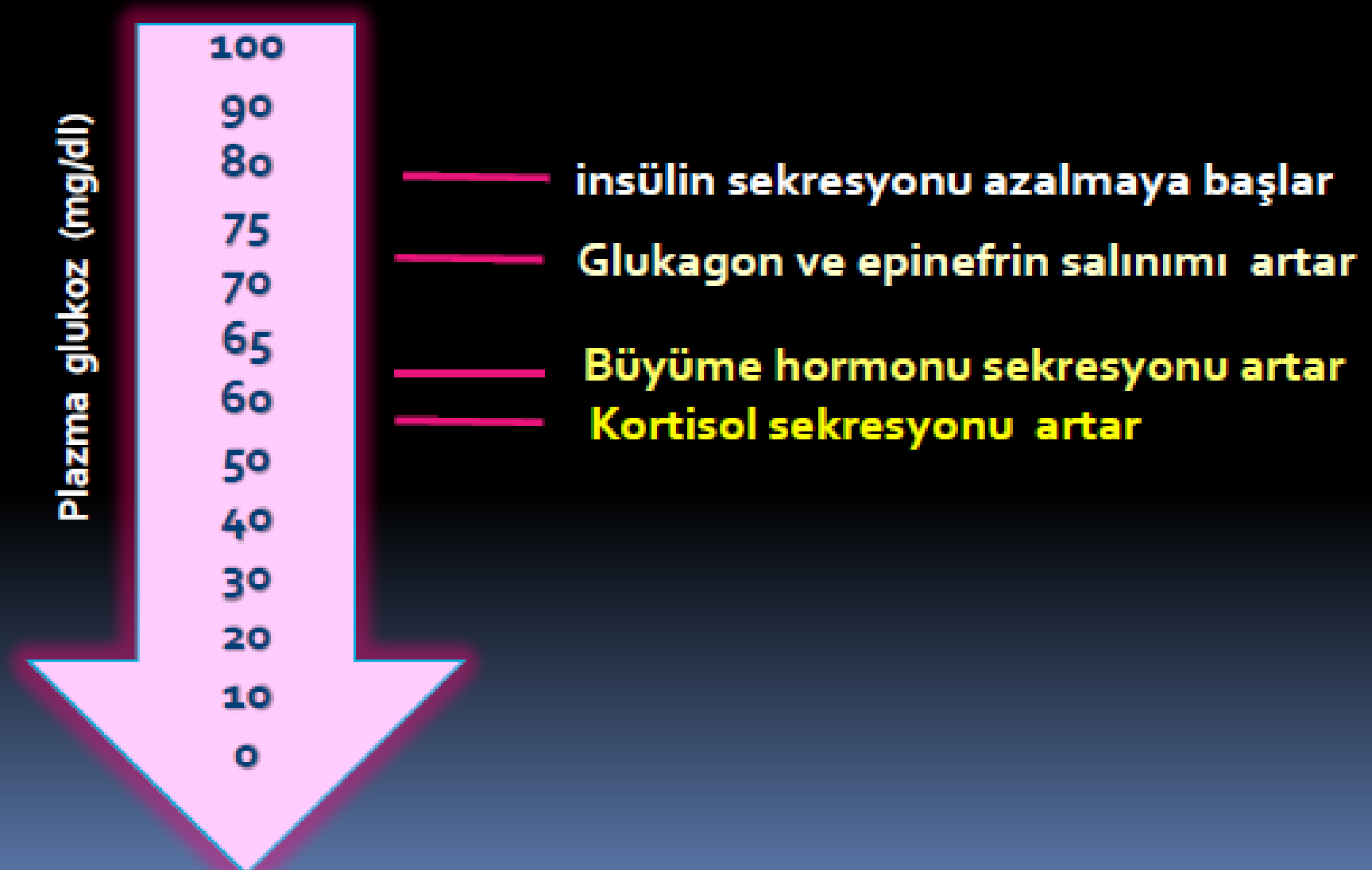
- 100 mg/dL

- 70 mg/Dl

- 50 mg/dL

- 40 mg/dL

Kan şekeri düşüşüne fizyolojik yanıt



Hipoglisemi sınıflaması

1. Açlık (postabsorptif)

(sabah , öğün atlandığında veya yemekten 5 saat sonra görülür)

2. Reaktif (postprandial)

yemekten 2-4 saat içinde gelişir

- Tatlı isteği, Kilo ve insülin direnci!

Hipoglisemi nedenleri

Sağlıklı kişilerde

- İlaça bağlı
- Alkol
- Tümörler
(*insülinoma, adacık hücre dışı*)
- Nesidioblastosis
- Malnutrisyon
- Aşırı egzersiz
- Gebelik
- Reaktif
- Faktisyal (bilinçli)
- Bazı meyveler

Hastalık varlığında

- İlaça bağlı
- Sepsis, Travma, yanık
- kardiyak yetmezlik
- Renal yetmezlik
- Karaciğer yetmezliği
- Hormon eksiklikleri (kortizol, büyüme hormonu)
- Total parantral beslenme
- İnsülin tedavisi
- Status epileptikus

Kan şekeri düzeyleri - Semptomlar





Hipoglisemi

- Yaşam standardını ve kalitesini düşürür.
 - Kilo aldırır
 - Evlenir boşanmaz
 - İlerleyebilir
- 

Hipoglisemi Belirtileri Nelerdir?

- Hipogliseminin şiddeti **hafif, orta ve ağır** olabilir. Hipogliseminin şiddetine göre klinik bulgular farklıdır:



Hafif şiddette hipoglisemi bulguları;

- Klinik Adrenerjik –Otonomik semptomlar
- Otonom sinir sistemi ve adrenal medullanın aktivasyonuna bağlı
- Açlık,
- Titreme,
- Terleme,
- Dudakta ve dilde karıncalanma,
- Solukluk,
- Çarpıntı,
- Huzursuzluk,



Orta şiddetteki hipoglisemi bulguları;

- Baş ağrısı,
- Karın ağrısı,
- Bulanık görme,
- Uyuşukluk,
- Konsantre olamama
- Konuşma zorluğu,
- Taşikardi (Kalp atım hızının artması),
- Sinirlilik,
- Solukluk,
- Terleme,

Ağır şiddetteki hipoglisemi bulguları;

Klinik Nöroglikopenik
semptomlar

Serebral kortekse glukoz
sunumunun azalmasına bağlı

- Bilinç kaybı,
- Konvülsiyonlardır.

(beyin şarteli kapatır.)

Hipoglisemi sınıflaması

1. Açlık (postabsorptif)

(sabah , öğün atlandığında veya yemekten 5 saat sonra görülür)

2. Reaktif (postprandial)

yemekten 2-4 saat içinde gelişir

- Tatlı isteği, Kilo ve insülin direnci!

Postprandial hipoglisemi

- Bizi en çok etkileyen fasıl
- Sürekli açlık ve tatlı isteği
- Çok hızlı kilo alımı
- Beslenme. Cho tüketimi
- İnsülin direnci



Hastalıklarla Etkileşimi

Fizyolojik hastalıklarla

- Migren
- Mide hastalıkları (mide bulantısı-reflü)
- Epilepsi
- (BU HASTALIKLARLA BELİRTİLERİ BENZER VEYA KARIŞTIRILABİLİR)

Psikolojik hastalıklarla

- Depresyon
- Panik atak
- Tıkınırcasına yemek yeme
- Aç kalma korkusu

İnsülin kullananlar ve şeker hastalarında

- Fazla doz insülin vurmak
- Öğün atlamak
- Fazla egzersiz vs.
- 300 mg/dl'den 80 e inince yaşanabilir

Vaka Örnekleri

Tetkikler	Sonuç	Birim	Normal Değerler	Açıklama
▶ OGTT (75 gr Yükleme), 4 saat G...	B			
AKŞ	91	mg/dL	74-100	
30. Dakika	129	mg/dL	110-170	
1. Saat	123	mg/dL	120-200	
2. Saat	108	mg/dL	70-140	
3. Saat	96	mg/dL	70-115	
4. Saat	69	mg/dL	74-100	

Tetkikler	Sonuç	Birim	Normal Değerler
▶ OGTT (75 gr Yükleme), 2 saat ...	B		
AKŞ	98	mg/dL	74-100
1. Saat	150	mg/dL	120-200
2. Saat	143	mg/dL	70-140

Aynur Hn

 Tetkikler	Sonuç	Birim	Normal Değerler	Açık
 OGTT (75 gr Yükleme...)	B			
AKŞ	105	mg/dL	74-100	
30. Dakika	141	mg/dL	110-170	
1. Saat	118	mg/dL	120-200	
2. Saat	91	mg/dL	70-140	
3. Saat	85	mg/dL	70-115	
4. Saat	50	mg/dL	74-100	

Funda Hn. i.r.

Tetkikler	Sonuç	Birim	Normal Değerler	Açıklama
OGTT (75 gr Yükleme), 4 sa...	B			
AKŞ	81	mg/dL	74-100	
30. Dakika	146	mg/dL	110-170	
<u>1. Saat</u>	<u>79</u>	<u>mg/dL</u>	<u>120-200</u>	
2. Saat	75	mg/dL	70-140	
<u>3. Saat</u>	<u>59</u>	<u>mg/dL</u>	<u>70-115</u>	
4. Saat	78	mg/dL	74-100	

Sultan Hn.

Tetkikler	Sonuç	Birim	Normal Değerler	Açıklar
▶ OGTT (75 gr Yükleme), 4 saat Gluko...	B			
AKŞ	84	mg/dL	74-100	
30. Dakika	131	mg/dL	110-170	
<u>1. Saat</u>	<u>89</u>	<u>mg/dL</u>	<u>120-200</u>	
<u>2. Saat</u>	<u>66</u>	<u>mg/dL</u>	<u>70-140</u>	
<u>3. Saat</u>	<u>64</u>	<u>mg/dL</u>	<u>70-115</u>	
<u>4. Saat</u>	<u>73</u>	<u>mg/dL</u>	<u>74-100</u>	

Fatma Hn.

Tetkikler	Sonuç	Birim	Normal Değerler	Açıklama
OGTT (75 gr Yükleme), 4 s...	B			
AKŞ	88	mg/dL	74-100	
30. Dakika	105	mg/dL	110-170	▼
1. Saat	66	mg/dL	120-200	▼
2. Saat	76	mg/dL	70-140	
3. Saat	33	mg/dL	70-115	▼
4. Saat	72	mg/dL	74-100	▼

Hızlı iniş çıkışlar var
2. saat 200 mg/dl den fazla!

	Tetkikler	Sonuç	Birim	Normal Değerler
▶	OGTT (75 gr Yükleme), 4 saat ...	B		
	Glukoz - Açlık (AKŞ)	112	mg/dL	74-100
	GLK 30 DK	194	mg/dl	110-170
	GLK 1 SAAT	222	mg/dl	120-200
	GLK 2 SAAT	224	mg/dl	70-140
	GLK 3 SSAT	120	mg/dl	70-115
	GLK 4 SAAT	57		

Elif Hn. Panik atak-açlık korkusu vardı

Tetkikler	Sonuç	Birim	Normal Değerler	Açıklama
OGTT (75 gr Yükleme), 5 saat Gl...	B			
AKŞ	106	mg/dL	74-100	
30. Dakika	139	mg/dL	110-170	
1. Saat	131	mg/dL	120-200	
2. Saat	101	mg/dL	70-140	
3. Saat	67	mg/dL	70-115	
4. Saat	89	mg/dL	74-100	
5. Saat	96	mg/dL	74-100	

Elif'in kardeři Zeynep

Tetkikler	Sonuç	Birim	Normal Değerler	Açıklama
OGTT (75 gr Yükleme), 4 saat Gluko..	B			
AKŞ	75	mg/dL	74-100	
<u>30. Dakika</u>	<u>106</u>	<u>mg/dL</u>	<u>110-170</u>	
<u>1. Saat</u>	<u>94</u>	<u>mg/dL</u>	<u>120-200</u>	
<u>2. Saat</u>	<u>67</u>	<u>mg/dL</u>	<u>70-140</u>	
3. Saat	71	mg/dL	70-115	
<u>4. Saat</u>	<u>66</u>	<u>mg/dL</u>	<u>74-100</u>	

Adem bey. 2016-2018 tahlilleri

Tetkikler	Sonuç	Birim	Normal Değerler
OGTT (75 gr Yükleme), 4 saat Gluko...	B		
AKŞ	108	mg/dL	74-100
30. Dakika	235	mg/dL	110-170
1. Saat	274	mg/dL	120-200
2. Saat	221	mg/dL	70-140
3. Saat	141	mg/dL	70-115
4. Saat	82	mg/dL	74-100

Tetkikler	Sonuç	Birim	Normal Değerler
insülin (Açlık)	8.35	mIU/mL	2.1-35
TSH	1.12	mIU/l	0.34-5.6

Tetkikler	Sonuç	Birim	Normal Değerler	Aç
Vitamin D3 (25- OH Kolekalsiferol)	15.17	ng/ml		
insülin (Açlık)	34.47	uIU/mL	2.6-24.9	
TSH	1.35	mIU/L	0.27-4.2	

Hipoglisemi ve Diyet tedavisi

- Karbonhidrat kontrolü
- Dengeli ara öğün- (fazla ara öğün de istemiyoruz)
- Diyabet eğitimi
- Meyveye dikkat!

Teşekkürler

Üsküdar Özel Yunus Emre Hastanesi

bahar.akcin@yunusemrehastanesi.com

