

NCAUJ LUS TXOG COV NTSHAV QAB ZIB THIAB TUS KAB MOB COVID-19

Ntawm no yog ib co ncauj lus sau ua ke los ntawm Children's Minnesota pab neeg kho kev mob ntshav qab zib uas yog qhia txog koj txoj kev npaj kev tu xyuas zoo tshaj plaws rau ib tug me nyuam muaj ntshav qab zib rau thaum lub caij muaj tus kab mob kis thoob ntiaj teb COVID-19 (puav leej paub hu rau Novel Coronavirus). Thov txuas mus xyuas [American Diabetes Association \(ADA\)](#) qhov vas sab kom paub ntxiv txog tus kab mob ntshav qab zib kiab.

Thaum tu xyuas koj tus me nyuam mob ntshav qab zib hauv tsev, koj yuav npaj txhij dua yog koj coj raws cov tswv yim nram no.

Sau ua ke kom muaj cov khoom siv

- Tej khoom muaj qab zib me ntsis xws li cov dej qab zib, zib mu, kua txiv hmab txiv ntoo nyeem pleev, kua qab zib nyeem khov, qhob noom tawv los yog kias lias kom pab koj cov ntshav qab zib nce yog tias koj muaj ntshav qab zib zis los yog mob heev dhau noj tsis taus.
- Muaj cov tshuaj sau kom ntau dua ntxiv kom koj tsis tag yuav tau tawm hauv koj lub tsev.
- Muaj cov tshuaj insulin txaus rau ntau lub lim tiam, nyab tsam koj muaj mob los yog mus nqa tsis tau ntxiv.
- Muaj cov khoom siv ntxiv li cawv cuaj caum thiab tshuaj xub npum ntxuav tes.
- **Muaj cov pas ntawv ntsuas Glucagon thiab ketone, nyab tsam ntshav nqis los yog nce siab**
- Muaj cov xov tooj rau koj pab neeg kho kab mob kev nkeeg, lub khw muag tshuaj thiab lub chaw pov hwm them nqi kho mob kom muab kiag tau siv.
- Sau kom muaj cov npe tshuaj thiab kev siv nws npaum li cas (nrog rau cov tshuaj qab los vivtasmees thiab tshuaj txhawb cev) uas muab kiag tau siv.

Sib tham nrog koj pab neeg kho kab mob kev nkeeg txog cov nram no:

- Thaum twg thiaj li hu rau koj tus kws kho mob lub chaw ua hauj lwm (cov ketone, cov kev hloov ntawm kev noj kev haus, cov kev hloov ntawm cov tshuaj)
- Yuav ntsuas koj cov ntshav qab zib pes tsawg zaus
- Thaum twg thiaj li ntsuas cov ketone

- Cov tshuaj koj yuav tsum tau siv rau kev tau no, khaub thuas flu, kab mob thiab kab paug
- Tej kev hloov ntawm koj cov tshuaj ntshav qab zib thaum twg koj mob

Yuav ua li cas thaum twg koj mob

Hu cuag koj pab neeg kho kab mob kev nkeeg yog tias koj tus me nyuam muaj mob los yog cov kev mob tshwm sim ntawm cov ntshav qab zib muaj ntxiv.

Yog tias koj tus me nyuam muaj mob, coj raws li cov kauj raum nram no, uas yuav txawv ntawm ib tug neeg mus rau ib tug.

- Haus dej kom ntau heev. Yog tias koj haus tsis taus dej, haus me me 15 feeb twg ib zaug los yog thawm hnuv kom xyeej tau txoj kev cev qhuav dej.
- Yog tias koj hnov nqis (BG qis dua 70 mg/dl los yog koj cheeb tsam ntsuas), noj li 15 gram khoom qab zib me ntsis uas plab zom taus yooj yim, xws li zib mu, kua txiv hmab txiv ntoo nyeem pleev, kua qab zib nyeem khov, qhob noom tawv, kias lias, kua txiv hmab txiv ntoo los yog dej qab zib thiab rov ntsuas koj cov ntshav li 15 feeb kom paub tseeb tias koj rov nce tuaj. Ntsuas koj cov ntshav qab zib ntau zaus ntxiv thawm hnuv thiab hmo ntsuas txhua txhua sij hawm ntawm 2-3 teev yog tias koj siv tus pas ntsuas ntshav qab zib ntawm ntiv tes thiab nquag saib ntsoov koj qhov kev kuaj yog tias koj siv lub cuab yeej ntsuas ntshav qab zib uas ntsuas tas li. (Lub cuab yeej ntsuas ntshav qab zib tas li los yog CGM ntsuas qab zib ntwam txheej tawv txhua txhua 5 nasthis, tiam sis koj yuav tsum saib ntsoov cov leb). Tus neeg mob yuav tsum ntsuas ib yam ntawd xwb, tsis yog ob yam ua ke.
- Yog tias koj cov ntshav qab zib ntsuas pom siab heev (**BG siab dua 240mg/dl**) mus ntau dua ob zaug sib law liag, [ntsuas cov ketone kom xyeej tau DKA](#).
- Hu rau koj tus kws kho mob lub chaw ua hauj lwm yog tias koj ntsuas cov keone nyob nruab nrab los yog ntau heev thiab txawm ua raws cov kev kho los pheej tsis zoo dua tuaj.
- Faj seeb tias qee cov tshuab ntsuas CGM (Dexcom G5, Medtronic Enlite, thiab Guardian) muaj kev cuam tshuam los ntawm cov tshuaj Acetaminophen (Tylenol). Nkaug taub ntiv tes ntsuas kom paub qhov tseeb kiag.
- Hloov koj tus koob nkaug txhua zaus koj ntsuas koj cov ntshav qab zib.
- Ntxuav koj ob txhais tes thiab so lub qhov koob/chaw tso ntshav thiab qhov taub ntiv tes nrog tshuaj xub npum thiab dej los yog cawv cuaj caum.

Thaum koj hu mus rau koj tus kws kho mob

- Npaj kom muaj koj qhov ntshav qab zib ntsuas tau li cas.
- Npaj kom muaj qhov ntsuas koj cov ketone li cas.
- Sau tseg cov dej koj haus npaum li cas (koj siv tau lub fwj dej ntim 1-liter) thiab ceeb toom qhia.

- Qhia meej txog cov mob tshwm sim koj hnov muaj (piv txwv, koj puas xeev siab? Txhaws ntswg xwb?).
- Nug txog kev tswj koj cov ntshav qab zib.