

17. Если у человека с диабетом внезапно появилась дрожь, холодный пот и невнятная речь, сначала дайте 15 граммов сахара, через 15 минут снова измерьте сахар в крови

Выгодность исходной версии: очень высокая

Доказательность A · исходная версия

для жизни

бесплатно

мимоходом

без силы воли

Частично Китай

Аналог в России не найден

Искали в официальных российских источниках (проверено 06.10.2026), прямого аналога не нашли. Это не значит, что его нет. Китайские условия на Россию не переносите.

Оценки выше относятся к исходной версии; отдельная оценка российского варианта не проводилась.

Простыми словами

Китай — исходная версия. Сначала съешьте 15 граммов сахара. Подойдут и кусочки сахара, и маленькая упаковка сока. Через 15 минут снова измерьте сахар в крови. Если он всё ещё низкий, повторите. Сахар в крови ниже 3.0 mmol/L — это гипогликемия, к которой с медицинской точки зрения нужно относиться серьёзно. Если для её устранения уже нужна чужая помощь, она может быть смертельной. Человеку с нарушенным сознанием ничего не давайте в рот: это может попасть в трахею. Сразу звоните 120.

Затраты

Китай — исходная версия. Бесплатно. Носите с собой несколько кусочков сахара или маленькую упаковку сока.

Выгода

Китай — исходная версия. Сахар в крови ниже 3.0 mmol/L — это клинически значимая гипогликемия. Если изменилось сознание или способность действовать и для устранения гипогликемии нужна чужая помощь, это тяжёлая гипогликемия. Она может быть смертельной

Примечания

Китай — исходная версия. Человеку с нарушенным сознанием ничего не давайте в рот: это может попасть в трахею. Сразу вызывайте скорую по номеру 120 (в Китае). В медицинском стандарте также рекомендуется всем, кто получает инсулин или склонен к гипогликемии, иметь запас глюкагона. В оригинале сказано: «All individuals treated with insulin or who are at high risk of hypoglycemia...should be prescribed glucagon». Назальный спрей и заранее наполненные шприцы удобнее, чем препараты, которые нужно разводить перед применением. Все эти меры предполагают подготовку для вас самих или для человека с диабетом в вашей семье. Носить с собой сахар тоже нужно для них.

Источники

Китай — исходная версия — источники

1. 美国糖尿病学会 (2025). 糖尿病诊疗标准 2025·第 6 章 血糖目标与低血糖. Diabetes Care: 分级
「Level 1: Glucose <70 mg/dL (<3.9 mmol/L) and ≥54 mg/dL (≥3.0 mmol/L)」 「Level 2: Glucose
<54 mg/dL (<3.0 mmol/L)」 「Level 3: A severe event characterized by altered mental and/or
physical status requiring assistance for treatment of hypoglycemia, irrespective of glucose
level」
2. 处理 「For most individuals, 15 g carbohydrates should be ingested」 「Fifteen minutes after
initial treatment, repeat the treatment if hypoglycemia persists」 . doi.org/10.2337/dc25-S006