Leren bloedglucose meten (vingerprik)

Met een bloedglucosemeter kun je meten hoeveel glucose er in het bloed zit. Dit apparaatje meet het bloedglucosehalte met een stripje en een druppel bloed.

Bloedglucose

De hoeveelheid bloedglucose wordt uitgedrukt in millimol (mmol) per liter. Bij mensen die geen diabetes hebben, ligt de bloedglucose tussen de 3 en 10 en is deze nooit te hoog (hyper) of te laag (hypo). Bij iemand met diabetes kan deze waarde heel erg schommelen; van 1 tot zelfs boven de 25. Dit komt doordat het lichaam het niet meer zelf kan regelen.

Een waarde van 1 millimol betekent dat er heel weinig glucose in het bloed zit. Een waarde van 25 betekent dat er juist veel te veel glucose in zit.

De hoeveelheid glucose in het bloed hangt af van:

- wat je eet;
- hoeveel je beweegt; en
- hoeveel insuline je spuit.

Hoe meet je de bloedglucose?

Doorloop de volgende stappen als je jouw bloedglucose wilt meten:

1. Was de handen*.
2. Zet de prikpen tegen de zijkant van een schone vingertop.
3. Druk op de achterkant van de pen. Een heel klein naaldje zorgt ervoor dat er een bloeddruppeltje uit je vinger komt.
4. Zet het stripje, dat in de bloedglucosemeter zit, tegen de druppel aan.
5. Het stripje zuigt het bloed op.
6. De meter geeft na een paar seconden aan wat de bloedglucosewaarde is.

Soms is de bloedglucose zo hoog dat het metertje het niet meer kan meten. Dat heet 'high' (hi).

*Is uw kind niet in de gelegenheid om zijn handen te wassen? Veeg dan de eerste druppel bloed weg en gebruik de tweede druppel om te meten.

Meer informatie

Zelfredzaam Thuis

Sommige zorghandelingen kunt u zelf leren. De handeling die in deze folder staat, is hiervoor geschikt. Bij

Zelfredzaam Thuis (https://www.antoniusziekenhuis.nl/zelfredzaam-thuis) leren u en uw naaste hoe u dit zelf kunt doen. Dit geeft u meer vrijheid en controle. U bent dan minder afhankelijk van bijvoorbeeld wijkverpleging.

Meer weten? Vraag uw arts of verpleegkundige in het ziekenhuis of kijk op de webpagina Zelfredzaam Thuis (https://www.antoniusziekenhuis.nl/zelfredzaam-thuis).

Gerelateerde informatie

Aandoeningen

- Diabetes mellitus type 1 (https://www.antoniusziekenhuis.nl/diabetes-mellitus-type-1)
- MODY (https://www.antoniusziekenhuis.nl/mody)

Behandelingen & onderzoeken

- Insuline spuiten (https://www.antoniusziekenhuis.nl/insuline-spuiten)
- Insulinepomp (https://www.antoniusziekenhuis.nl/insulinepomp)

Contact Diabetes Centraal (diabeteszorg voor kinderen) **T 088 320 63 80**