



LAGE BLOEDGLUCOSEWAARDEN: Overzicht / Hoe ontstaat een hypo?

OVERZICHT

Bent u ook wel eens bang voor te lage glucosewaarden? Gelukkig komt dat bij gebruik van de meeste glucoseverlagende medicijnen niet vaak voor, bij behandeling met insuline echter wel.

We streven doorgaans naar glucosewaarden tussen 4 en 9 mmol/l. Af en toe iets hogere of lagere waarden zijn daarbij onvermijdelijk en meestal zonder klachten.

Bij een bloedglucose onder 3,5 mmol/l met bijpassende klachten spreekt men van "hypoglycemie", of kortweg "een hypo". "Hypo" betekent "te weinig", en "glycemie" betekent "glucose in het bloed".

In dit hoofdstuk leggen we uit hoe een hypo kan ontstaan, en bespreken we de klachten en verschijnselen. We leggen uit wat er aan een hypo moet worden gedaan, en hoe u hypo's kunt helpen vermijden.

HOE ONTSTAAT EEN HYPO?

Diabetes is op zich een ziekte met verhoogde glucosewaarden. Alleen bij behandeling met glucoseverlagende medicatie kan een hypo ontstaan.

Bij behandeling met insuline komen hypo's nogal eens voor, maar soms ook bij bepaalde tabletten. Hoe komt dat?

Bij iemand zonder diabetes wordt bij een dalend glucose-gehalte (zoals na een tijd zonder eten of na een forse inspanning) de insuline-afgifte geremd.

Bij gebruik van insuline of tabletten die de insuline-afgifte stimuleren werkt dat beveiligingsmechanisme echter niet.

Dan kan er meer insuline in het bloed zijn dan nodig is voor het verwerken van de hoeveelheid bloedglucose op dat moment, met als gevolg een hypo.

Tabletten die de insuline-afgifte stimuleren zijn de zogenoemde S.U.-tabletten (zoals tolbutamide, glibenclamide, glimepiride en gliclazide) en ook repaglinide.

Tabletten met een andere werking (zoals metformin of TZD's) geven geen hypo's.

Ook bij GLP-1-therapie komen hypo's zelden voor.

Een hypo ontstaat doorgaans niet zomaar, meestal is er een bepaalde aanleiding of uitlokkende factor.

Zo kan een hypo ontstaan als u te weinig koolhydraten hebt gegeten, als u meer inspanning hebt verricht dan u had verwacht, of na fors alcohol-gebruik. Het kan ook zijn dat u flink bent afgefallen zonder dat de dosis van uw medicatie tijdig is verlaagd.

Zelfs per ongeluk teveel tabletten slikken of teveel insuline spuiten komt wel eens voor... Sommige insulinegebruikers neigen tot hypo's bij stress of rond de menstruatie.

Hypo's bij SU-gebruik zijn meestal niet ernstig of gevaarlijk, maar wel vervelend. Ernstige hypo's komen bij S.U.-tabletten vrijwel alleen voor bij mensen op hoge leeftijd, met verminderde lever- of nierfunctie, die tal van medicijnen gebruiken en slecht eten.

Het loont absoluut de moeite om bij een hypo na te gaan of er een uitlokkende factor was, zodat een volgende hypo wellicht kan worden vermeden.