

Een hypo is een bloedglucose lager dan 4 mmol/l

Advies bij een hypo:

1. Meet, indien mogelijk, het bloedglucosegehalte.
2. Neem 20 gram koolhydraten in de vorm van glucose.
Voorbeelden zie schema z.o.z.
3. Meet na 15 tot 20 minuten het bloedglucosegehalte nog een keer.

Is het bloedglucosegehalte nog steeds lager dan 4 mmol/l?

> Volg dan opnieuw het hypoadvies.

Past u geen zelfcontrole toe en zijn de hypogevoelens niet verdwenen?

> Neem dan nogmaals 20 gram glucose.

Is de volgende maaltijd meer dan 1½ tot 2 uur later? Eet dan wat extra:

Neem een koolhydraatbevattend tussendoortje of test nog een keer het bloedglucosegehalte.



DIET-558 (versie 1)

Een hypo is een bloedglucose lager dan 4 mmol/l

Advies bij een hypo:

1. Meet, indien mogelijk, het bloedglucosegehalte.
2. Neem 20 gram koolhydraten in de vorm van glucose.
Voorbeelden zie schema z.o.z.
3. Meet na 15 tot 20 minuten het bloedglucosegehalte nog een keer.

Is het bloedglucosegehalte nog steeds lager dan 4 mmol/l?

> Volg dan opnieuw het hypoadvies.

Past u geen zelfcontrole toe en zijn de hypogevoelens niet verdwenen?

> Neem dan nogmaals 20 gram glucose.

Is de volgende maaltijd meer dan 1½ tot 2 uur later? Eet dan wat extra:

Neem een koolhydraatbevattend tussendoortje of test nog een keer het bloedglucosegehalte.



DIET-558 (versie 1)

Een hypo is een bloedglucose lager dan 4 mmol/l

Advies bij een hypo:

1. Meet, indien mogelijk, het bloedglucosegehalte.
2. Neem 20 gram koolhydraten in de vorm van glucose.
Voorbeelden zie schema z.o.z.
3. Meet na 15 tot 20 minuten het bloedglucosegehalte nog een keer.

Is het bloedglucosegehalte nog steeds lager dan 4 mmol/l?

> Volg dan opnieuw het hypoadvies.

Past u geen zelfcontrole toe en zijn de hypogevoelens niet verdwenen?

> Neem dan nogmaals 20 gram glucose.

Is de volgende maaltijd meer dan 1½ tot 2 uur later? Eet dan wat extra:

Neem een koolhydraatbevattend tussendoortje of test nog een keer het bloedglucosegehalte.



DIET-558 (versie 1)

Een hypo is een bloedglucose lager dan 4 mmol/l

Advies bij een hypo:

1. Meet, indien mogelijk, het bloedglucosegehalte.
2. Neem 20 gram koolhydraten in de vorm van glucose.
Voorbeelden zie schema z.o.z.
3. Meet na 15 tot 20 minuten het bloedglucosegehalte nog een keer.

Is het bloedglucosegehalte nog steeds lager dan 4 mmol/l?

> Volg dan opnieuw het hypoadvies.

Past u geen zelfcontrole toe en zijn de hypogevoelens niet verdwenen?

> Neem dan nogmaals 20 gram glucose.

Is de volgende maaltijd meer dan 1½ tot 2 uur later? Eet dan wat extra:

Neem een koolhydraatbevattend tussendoortje of test nog een keer het bloedglucosegehalte.



DIET-558 (versie 1)

20 gram koolhydraten is bijvoorbeeld:

Soorten glucosetabletten, gels en limonades	dosering
Mini-Tabs à 1,5 gram/stuk of	13 stuks
Dextrose Kruidvat glucosetablet à 2 gram/stuk of	10 stuks
Glucosep van Mediq Direct à 2,6 gram /stuk of	8 stuks
Dextro Energy à 3 gram/stuk of	7 stuks
Glucos Tabs à 4 gram/stuk	5 stuks
Glucosegel, bijv. Hypiofit à 13 ml/sachet	1.5 sachet
Limonadesiroop	2 eetlepels
Frisdrank, bijv. Cola of Fanta met suiker	200 ml

Gebruik bij een hypo geen suikervrije limonadesiroop of licht frisdrank!

Diabetesteam, Gelre ziekenhuizen, juni 2023

20 gram koolhydraten is bijvoorbeeld:

Soorten glucosetabletten, gels en limonades	dosering
Mini-Tabs à 1,5 gram/stuk of	13 stuks
Dextrose Kruidvat glucosetablet à 2 gram/stuk of	10 stuks
Glucosep van Mediq Direct à 2,6 gram /stuk of	8 stuks
Dextro Energy à 3 gram/stuk of	7 stuks
Glucos Tabs à 4 gram/stuk	5 stuks
Glucosegel, bijv. Hypiofit à 13 ml/sachet	1.5 sachet
Limonadesiroop	2 eetlepels
Frisdrank, bijv. Cola of Fanta met suiker	200 ml

Gebruik bij een hypo geen suikervrije limonadesiroop of licht frisdrank!

Diabetesteam, Gelre ziekenhuizen, juni 2023

20 gram koolhydraten is bijvoorbeeld:

Soorten glucosetabletten, gels en limonades	dosering
Mini-Tabs à 1,5 gram/stuk of	13 stuks
Dextrose Kruidvat glucosetablet à 2 gram/stuk of	10 stuks
Glucosep van Mediq Direct à 2,6 gram /stuk of	8 stuks
Dextro Energy à 3 gram/stuk of	7 stuks
Glucos Tabs à 4 gram/stuk	5 stuks
Glucosegel, bijv. Hypiofit à 13 ml/sachet	1.5 sachet
Limonadesiroop	2 eetlepels
Frisdrank, bijv. Cola of Fanta met suiker	200 ml

Gebruik bij een hypo geen suikervrije limonadesiroop of licht frisdrank!

Diabetesteam, Gelre ziekenhuizen, juni 2023

20 gram koolhydraten is bijvoorbeeld:

Soorten glucosetabletten, gels en limonades	dosering
Mini-Tabs à 1,5 gram/stuk of	13 stuks
Dextrose Kruidvat glucosetablet à 2 gram/stuk of	10 stuks
Glucosep van Mediq Direct à 2,6 gram /stuk of	8 stuks
Dextro Energy à 3 gram/stuk of	7 stuks
Glucos Tabs à 4 gram/stuk	5 stuks
Glucosegel, bijv. Hypiofit à 13 ml/sachet	1.5 sachet
Limonadesiroop	2 eetlepels
Frisdrank, bijv. Cola of Fanta met suiker	200 ml

Gebruik bij een hypo geen suikervrije limonadesiroop of licht frisdrank!

Diabetesteam, Gelre ziekenhuizen, juni 2023

