

Regola del 15 per il trattamento dell'ipoglicemia:

- Assumere 15 grammi di zuccheri a rapido assorbimento
- Aspettare 15 minuti; ricontrollare la glicemia
- Se glicemia <70 mg, ripetere l'assunzione

Alimenti contenenti 15 g di zuccheri a rapido assorbimento

- 4 zollette di zucchero
- 3 bustine di zucchero
- 1 cucchiaino da minestra di zucchero
- 1/2 succo di frutta zuccherato*
- 1 bicchiere di aranciata o coca-cola o altra bibita zuccherata (150 ml)
- 3 caramelle fondenti