

# Vad är Kolhydratskvot (KH-KVOT)

Kolhydratskvoten (KH-kvot) är ett **mått på hur mycket insulin som behövs per gram kolhydrater**. Den används för att räkna ut **hur mycket bolusinsulin** som ska ges vid måltider.

## Hur fungerar KH-kvoten?

KH-kvoten visar hur många gram kolhydrater **en enhet insulin kan ta hand om**.

- Om KH-kvoten är **10**, betyder det att **1 enhet insulin täcker 10 gram kolhydrater**.
- Om en måltid innehåller **50 gram kolhydrater**, och KH-kvoten är 10, behövs:  $50 \text{ g} / 10 = 5$  enheter insulin (benämns ofta 5E)

## KH-kvot i en insulinpump

I en insulinpump (t.ex. **Tandem t:slim X2**) kan KH-kvoten programmeras in så att pumpen automatiskt räknar ut **rätt bolusdos** vid måltider.

### Fördelar med att använda KH-kvoten i pumpen:

- **Automatisk beräkning** – Pumpen räknar ut dosen baserat på inmatade kolhydrater.
- **Individuellt anpassad** – KH-kvoten kan vara olika under dygnet (t.ex. högre på morgonen och lägre på kvällen).
- **Minskar risken för felräkning** – Särskilt bra för barn som äter varierande portioner.

## Exempel på olika KH-kvoter

KH-kvoten kan variera beroende på **tid på dygnet, aktivitet och insulinbehov**. Exempel:

- **Morgon:** KH-kvot = 8 (mer insulin behövs för att täcka frukost)
- **Lunch:** KH-kvot = 10
- **Kväll:** KH-kvot = 12 (mindre insulin behövs på kvällen)

Pumpens inställningar kan justeras utifrån blodsockermönster för att få bättre kontroll.

---

För mer information om hur bolusinsulin fungerar, se **Vad är Bolus?**

---

Revision #6

Created 26 February 2025 23:27:31 by Lars

Updated 9 March 2025 16:32:09 by Lars