

Entendiendo la Hiperglicemia (Nivel Alto de Glucosa Alta en Sangre)

Cuando usted tiene Diabetes, usted tiene Hiperglicemia.

La Hiperglicemia significa que hay demasiada glucosa, una forma de azúcar, en su torrente sanguíneo.

Si su nivel de glucosa es 180 mg/dl o más alto dos horas después de comer, tiene hiperglicemia.

Si su nivel de glucosa es muy alto, o tiene hiperglicemia, quizá experimente síntomas como: aumento de orina, más sed; cansancio inusual; visión borrosa; y cortadas, llagas o infecciones de piel que toman mucho en sanar.

Tal vez estos síntomas sean similares a los que tenía al inicio cuando lo diagnosticaron.

“Yo describiría el nivel alto de azúcar como algo miserable. Es horrible. Te da mucha sed, no la puedes satisfacer. A veces afecta mi vista, pero normalmente no, solo a veces. Te pones irritable. Te sientes terrible.”

Su nivel de glucosa en sangre puede aumentar si come alimentos sin un equilibrio, si se salta la actividad física, se le olvida tomar la medicina o toma menos cantidad.

La hiperglicemia también ocurre por razones que no puede controlar, como estar enfermo... o tener estrés inusual.

La glucosa alta en la sangre puede durar horas, días o incluso semanas, dependiendo de la causa y puede conducir a problemas de salud a largo plazo.

A veces, el nivel de glucosa en la sangre puede ser demasiado alto y no tenga ningún síntoma en absoluto.

Por esto es tan importante llevar un control regular del nivel de la glucosa en casa.

Hable con su equipo de diabetes sobre el alto nivel de glucosa en sangre y cuándo pedir ayuda si sus niveles de glucosa están más elevados de su rango.

Si sus niveles de glucosa están regularmente altos, tal vez sea necesario que junto a su equipo de diabetes hagan cambios a su plan de manejo para lograr los niveles de glucosa deseados.

Manteniendo sus niveles de glucosa dentro de los rangos y evitando la hiperglicemia o nivel alto de glucosa en sangre, puede ayudar mucho para prevenir problemas de salud a largo plazo por la diabetes.

Aunque la diabetes es compleja, es manejable si cuentas con la información y apoyo correctos. Los Especialistas en Educación y Cuidado de la Diabetes están capacitados para ser tus expertos en diabetes y pueden ayudarte a cómo prosperar con éxito con diabetes. ¡Te lo mereces!

¡Pídele a tu profesional médico una referencia hoy! Encuentra uno www.DiabetesEducator.org/find.