

Medicamentos para la Diabetes, Hipoglicemia y Días de Enfermedad

Debes hacerte la costumbre de tomar tus medicamentos para la diabetes todos los días. Si algo cambia de tu rutina, o te enfermas, tal vez debas ajustar algo para asegurar que sigues manteniendo tu glucosa dentro de un rango saludable.

Por ejemplo, si te saltas una comida, o haces más ejercicio de lo normal y tomas ciertas medicinas para la diabetes, tal vez corras mayor riesgo de hipoglicemia o nivel bajo de glucosa. En especial si también utilizas insulina.

Hipoglicemia puede ser algo serio y provocarte desmayos.

La hipoglicemia es un efecto secundario de algunas medicinas para la diabetes y ocurre cuando tu nivel de glucosa baja demasiado; a menos de 70 mg/dL. Cuando esto sucede, tu cuerpo no tiene la energía que necesita.

Los síntomas que podrías tener incluyen dolor de cabeza, debilidad, sudor frío o sensación de humedad fría, temblores, hambre, irritabilidad y mareos.

Consulta con tu equipo de diabetes para saber cuál es la mejor manera de tratar la hipoglicemia, pero aquí tienes una guía general.

Si tuvieras algún síntoma, revisa tu nivel de glucosa. Si es menos de 70 mg/dL. o si te sientes demasiado tembloroso, confuso o débil para checarlo, sigue este proceso.

Come o bebe algo que contenga 15 gramos de carbohidratos. Los alimentos que contienen 15 gramos de carbohidratos incluyen lo siguiente, 3 a 4 tabletas de glucosa, dulces duros (como 6 Salva Vidas), media taza de jugo de fruta o refresco regular (no de dieta), o 1 cucharada de azúcar de mesa.

Ya que algunos medicamentos funcionan retrasando la digestión de alimentos, habla con tu equipo de diabetes sobre las mejores opciones de carbohidratos para ti.

Descansa por 15 minutos.

Vuelve a checar tu nivel de glucosa. Si no se ha elevado a más de 80 mg/dL., o si sigues con algunos síntomas, come 15 gramos más de carbohidratos.

Una vez que tu nivel de glucosa esté dentro de los límites seguros, debes asegurarte que no vuelve a bajar en las siguientes horas.

Si tu siguiente comida está planeada en 30 minutos, come de inmediato.

Este programa es solo para fines informativos. El editor se deslinda de cualquier garantía, con respecto a la exactitud, integridad o idoneidad de este video para la toma de decisiones médicas. Para todo asunto relacionado con la salud, por favor consulte a su profesional médico.



Medicamentos para la Diabetes, Hipoglicemia y Días de Enfermedad

Si te toca comer en más de una hora, come una botana de carbohidratos y proteína.

Anota tus resultados de nivel bajo de azúcar y compártelos con tu equipo de diabetes en tu siguiente cita.

Si tienes episodios frecuentes o severos: avísale a tu equipo de diabetes lo antes posible.

Con frecuencia estas son señales de que es necesario hacer cambios en tu plan de manejo de la diabetes.

Pregunta si glucagón sería adecuado para ti.

Glucagón es un medicamento inyectable que se utiliza para elevar el nivel de glucosa cuando una persona diabética ha perdido el conocimiento debido a hipoglicemia.

Debido a que glucagón requiere receta médica, habla con tu equipo de diabetes para saber si necesitas tener glucagón a la mano.

Usa una identificación médica; siempre ten a la mano un carbohidrato; y asegúrate de checar tu nivel de azúcar antes de manejar un vehículo.

Finalmente, ten en cuenta que beber alcohol y tomar medicamentos para la diabetes te pone en riesgo de niveles bajos de glucosa.

Debes consultar a tu equipo de diabetes para saber cómo hacerlo de manera segura, y recuerda que debes comer si eliges beber alcohol.

Una enfermedad como un resaca o el gripe pueden elevar tu nivel de glucosa. Niveles altos de glucosa pueden complicar tu enfermedad y retrasar tu recuperación.

Es importante que sigas tomando tu medicamento para la diabetes si te enfermas. Sin embargo, quizá tengas que hacer algunos ajustes.

Si sabes cómo manejar tus medicamentos para la diabetes cuando estás enfermo, esto puede ayudarte a controlar mejor tu nivel de glucosa. Antes de enfermarte, prepara con tu equipo de diabetes un plan para tu día de enfermedad.

En los días que estés enfermo, avísale a tu equipo médico si: es difícil que tomes tus medicamentos de la manera indicada, si notas algún síntoma extraño o efecto secundario, o si piensas que tu medicamento no está funcionando como debe.

Trata de seguir lo mejor que puedas un plan de alimentación normal.

Este programa es solo para fines informativos. El editor se deslinda de cualquier garantía, con respecto a la exactitud, integridad o idoneidad de este video para la toma de decisiones médicas. Para todo asunto relacionado con la salud, por favor consulte a su profesional médico.



Medicamentos para la Diabetes, Hipoglicemia y Días de Enfermedad

Cosas como paletas, gelatina normal y jugo de fruta pueden ser necesarios para proporcionarte energía si no puedes adherirte a tu plan alimenticio pero eres capaz de comer algo de alimento sólido.

Asegúrate de beber bastante agua y otros líquidos.

Trata de beber de 6 a 8 onzas de líquido por hora, especialmente si estás muy enfermo y no puedes comer alimentos sólidos.

Checa con tu equipo de diabetes para saber qué tipo de bebidas pueden ser las mejores durante este período de enfermedad.

Sucedan cambios de rutina y días de enfermedad. Sabiendo cuáles cambios debes hacer en tu plan de auto cuidado te ayudará a superar éstos.

Recuerda de tomar tus medicamentos para la diabetes de la manera recetada, cómo reconocer y tratar la hipoglicemia y desarrolla un plan para días de enfermedad para que puedas controlar cualquier cosa que la vida ponga en tu camino.