

Paso a Paso: Autocuidado de Nivel Bajo de Azúcar (Hipoglicemia)

Autocuidado de tu Nivel bajo de Azúcar en Sangre. Si tienes síntomas, revisa tu nivel de azúcar de inmediato.

Si tu nivel de azúcar es 70, sigue estos pasos para elevarla, come o bebe 15 gramos de azúcar de acción rápida.

Esto puede ser tres o cuatro tabletas de glucosa, o cuatro onzas de jugo de fruta, o seis caramelos. Espera 15 minutos. Vuelve a revisar tu nivel de azúcar.

Si tu nivel de azúcar sigue siendo menos de 70, come 15 gramos adicionales de azúcar de acción rápida. Espera otros 15 minutos, vuelve a revisar tu nivel de azúcar una tercera vez.

Si sigue bajo tu nivel, continúa el tratamiento y busca ayuda médica inmediata. Si es necesario, llama al 911. Si tu nivel de azúcar se eleva arriba de 70, come un bocadillo o almuerza.

El contenido de éste sitio web/video es únicamente informativo. Nada contenido en éste sitio web/video pretende sustituir al consejo médico, diagnóstico o tratamiento. Si tienes alguna preocupación o duda relacionada con tu salud, debes buscar consejo de tu doctor o profesionales médicos calificados. Nunca debes ignorar la importancia del consejo médico debido a algo que hayas visto o leído en este sitio web/video. Nunca debes retrasar tratamiento a consejo médico para una condición de salud debido a algo que hayas visto o leído en este sitio web/video.