

Diabetes: Cómo Revisar Su Nivel de Azúcar en Sangre

Cuando tiene diabetes, debe medir su nivel de azúcar en sangre, -saberlo le da más control sobre su vida.

Le ayuda a tratar el azúcar alta o baja en la sangre antes de convertirse en una emergencia.

También a saber cómo el ejercicio y los alimentos afectan el azúcar en la sangre.

Y si aplica insulina, puede ayudarle a ajustar la dosis.

La prueba solo toma uno o dos minutos, los resultados son rápidos y fáciles de entender.

Cuando esté listo, siga las instrucciones de su medidor.

Esto es lo que aprenderá a hacer.

Primero, reúna los artículos que necesitará para la prueba: su medidor, la aguja o lanceta, el porta lancetas, las tiras reactivas y bolas de algodón. Colóquelos sobre una superficie limpia, como una mesa.

Verifique la fecha de vencimiento de las tiras reactivas. Las tiras caducadas pueden darle resultados incorrectos.

Si hay que calibrar el medidor, verifique que el número de código del frasco de tiras reactivas coincida con el número del medidor.

Si los números no coinciden, siga las instrucciones que vienen con su medidor para cambiar el número de código.

Lávese las manos muy bien antes y después de la prueba.

Use agua tibia y jabón, séquese bien las manos con una toalla limpia.

Coloque una aguja o lanceta limpia en el dispositivo de la lanceta.

El dispositivo de la lanceta es un soporte del tamaño de un lápiz.

Sostiene la lanceta en su lugar y controla la profundidad con la que penetra en la piel.

Prepare la tira reactiva.

Saque una tira reactiva del frasco y no se olvide de volverlo a tapar inmediatamente después de sacar la tira.

Siga las instrucciones para preparar el medidor y recibir la muestra de sangre.

Ahora es el momento de pincharse el dedo.

Use el dispositivo de la lanceta para pinchar un lado de la yema del dedo con la lanceta.

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.



Diabetes: Cómo Revisar Su Nivel de Azúcar en Sangre

Analice una pequeña muestra de sangre. Ponga una gota de sangre en la tira reactiva y cubra bien la zona de análisis.

Es fácil detener la sangre con una bolita de algodón limpia.

Aplique presión en la punta del dedo para detener la sangre.

Espere los resultados -esto solo lleva unos segundos- guárdelos en su medidor o anótelos.

Es muy importante que registre los resultados de su nivel de azúcar en la sangre.

El médico usará su documentación para ver con qué frecuencia su nivel de azúcar está dentro de sus límites ideales.

Entender los resultados de las pruebas puede ayudarle a sentirse mejor y vivir mejor con diabetes.