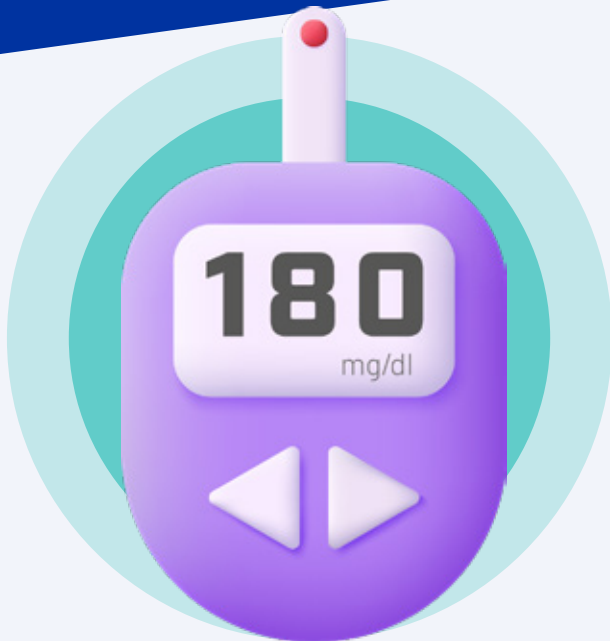




¿SABES QUÉ ES **LA HIPERGLICEMIA** Y CÓMO TRATARLA?



Es una complicación aguda que se da por **exceso de azúcar en la sangre**. Se puede producir si **no consumes los alimentos adecuados** o no aplicas los medicamentos como es necesario.



El resultado está elevado si es:

Mayor a **180 mg/dl** para menores de 75 años.

Mayor a **200 mg/dl** para mayores de 75 años.

SÍNTOMAS

- Visión borrosa.
- Somnolencia.
- Sed en exceso.
- Hambre.
- Pérdida de peso.
- Necesidad de orinar con frecuencia u orinarse en la cama.
- Respiración acelerada, latido rápido del corazón.
- Náuseas y vómitos.
- Dolor abdominal.
- Infección por hongos.
- Piel o labios secos.
- Irritabilidad.



Estas situaciones pueden generarte **UNA HIPERGLICEMIA**

- No tomarte las pastillas antidiabéticas.
- Aplicar menos unidades de insulina.
- No seguir la técnica de inyección o utilizar una aguja demasiado corta.
- Conservar inadecuadamente la insulina.



- Aplicar la insulina en zonas rojas, callosas, con lesiones.
- Excederse en el consumo de carbohidratos.
- Realizar menos actividad física de lo acostumbrado.
- Tener infecciones.
- Utilizar fármacos como esteroides o algunos jarabes.
- Estrés.

¿Qué hacer si la

HIPERGLICEMIA

ES GRAVE?

En general, no es una situación alarmante, salvo cuando se presentan dolor abdominal y vómito.

*En ese caso, **debes consultar con tu equipo de salud.***



5 ACCIONES EFECTIVAS

para evitar incremento de hiperglicemia

- 1 Toma líquidos frecuentemente** (agua, caldos naturales, limonada sin azúcar).
- 2 Incrementa los controles de azúcar en la sangre.** Si superas las cifras normales durante dos días, consulta, así no tengas síntomas.
- 3 No te saltes** la aplicación de insulina o la toma de antidiabéticos orales.





4 Consulta con tu médico en qué momento y cómo aplicarte una dosis de insulina de refuerzo.

5 Si tienes glicemia por encima de 250 mg/dl **evita practicar actividad física**, mientras te estabilizas.

**ENTRE TANTAS PRIORIDADES,
TÚ ERES LA PRIMERA**

vivemas.segurossura.com.co

