

Problemas con la Glucosa

Hiper glucemia

Glucosa Alta

Más de 140
mg/dL

Causas

falta de suficiente medicamento
come demasiado alimentos
infección, enfermedad
estrés emocional



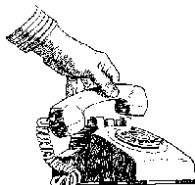
Señales



boca seca
estar sediento
orinando a menudo
sentirse cansado
visión opaca
pérdida de peso
dificultad en respirar
pérdida de apetito
náusea, vomitar
fatiga

Que debe hacer usted:

- examine su glucosa a menudo
- llame a su médico si la glucosa no baja
- tome líquidos



Como prevenir problemas con su glucosa:

- ^ Prosiga con su plan de comida y ejercicio.
- ^ Tome su medicamento a tiempo.
- ^ Examine su glucosa y mantenga un registro.
- ^ Lleve un carbohidrato con usted para tratar la glucosa baja.

Hipoglucemia

menos de
70 mg/dL

Glucosa Baja

Causas

toma demasiado medicamento
no come suficiente alimentos
más ejercicio que el habitual
comer tarde

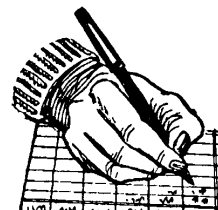
Señales



sentirse nervioso
tembloroso ó sudoroso
sentirse cansado
dolor de cabeza
confusión
hambre
cambio de personalidad

Que debe hacer usted:

- examine su glucosa
- coma 10 - 15 gramos de carbohidratos enseguida
- (1/2 taza de jugo, 1 taza de leche ó 3 tabletas de glucosa)
- examine su glucosa nuevamente en 15 minutos
- si todavía está bajo 70, coma otros 10 -15 gramos de carbohidratos
- si el nivel bajo ocurre cerca de su merienda ó refrigerio, siga adelante y coma.



Compiled by: Andi Ridgway, MS, RD, LD, CDE
Diabetes Control Program
Arkansas Department of Health

