



Your Health Matters

Dar de alta: Información para el paciente con diabetes

La diabetes es una condición que causa un nivel alto de azúcar en la sangre.

- Diabetes tipo 1 es producida por un defecto en el sistema inmune que hace que el cuerpo elimine las células en el páncreas que son las responsables de producir la insulina.
- Diabetes tipo 2 es causada por un defecto en la acción de la insulina.
- En la diabetes inducida por esteroides, la prednisona impide que la insulina funcione apropiadamente.

Usted tiene diabetes _____.

Nivel de azúcar normal

- Si usted es mayor de 7 años, el nivel aceptable de azúcar en la sangre es de 80-180 mg/dl.
- Si es menor de 7 años, el nivel aceptable de azúcar en la sangre es de 100-200 mg/dl.

Alto nivel de azúcar en la sangre – mas de los 200 mg/dl

Causas

- Demasiada comida, falta de insulina o pastillas para la diabetes, infección, estrés.

Síntomas



alto nivel de azúcar en la sangre



sed extrema



urinación frecuente



piel seca



hambre



visión borrosa



somnolencia



náuseas

Tratamiento

- Revise y siga su plan de dieta. Tome bebidas que no contengan azúcar.
- Llame a su médico si su nivel de azúcar en la sangre se mantiene mas de los 250 mg/dl.

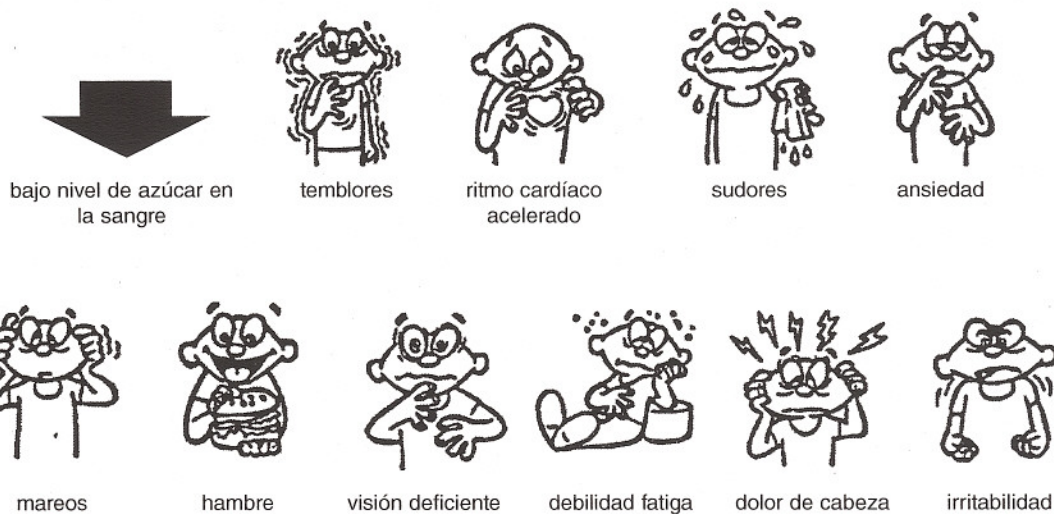
Bajo nivel de azúcar en la sangre

- Si usted es mayor de 7 años, su azúcar debe estar mas de 70mg/dl.
- Si usted es menor de 7 años, su azúcar debe estar mas de 100 mg/dl.

Causas

- Cantidad mínima o falta de alimentos, demasiada insulina, o pastillas para la diabetes, demasiado ejercicio.

Síntomas



Tratamiento

- Compruebe su nivel de azúcar. Si es bajo, ingiera 15 gramos de carbohidratos. (Por ejemplo: 4 onzas de jugo, 3 o 4 tabletas de glucosa, o 1 taza de leche. A los 15 minutos, mida nuevamente su nivel de azúcar en la sangre. Si todavía es bajo, repita el tratamiento.
- Llame a su médico para informarle sobre el nivel bajo de azúcar en la sangre.

Consejos para el ejercicio físico

El ejercicio ayuda a disminuir su nivel de azúcar en la sangre. Cuando haga ejercicio deberá:

- Tener algún tipo de azúcar como por ejemplo tabletas de glucosa o jugo.
- Llevar identificación—usted puede obtener una tarjeta ID MedicAlert llamando al número 1-800-432-5378.
- Si usted toma insulina, verifique su nivel de azúcar en la sangre antes y después de hacer ejercicio para determinar de qué manera la actividad física afecta su nivel de azúcar en la sangre.