

HIPOGLUCEMIA



Las personas con diabetes tienen riesgo de experimentar un episodio de hipoglucemia. Los medicamentos que ayudan a bajar el nivel de glucosa en la sangre, como la insulina y algunos medicamentos orales, pueden contribuir al comienzo de un nivel bajo de glucosa en la sangre.



Los síntomas de la hipoglucemia incluyen

- Hambre
- Temblores
- Sudoración
- Palidez
- Irritabilidad
- Somnolencia
- Ritmo cardíaco acelerado
- Mareos
- Debilidad
- Movimientos torpes descoordinado
- Problemas de concentración/Confusión

El tratamiento

El tratamiento inmediato incluye el consumo de 15 gramos de carbohidratos de acción rápida, por ejemplo tabletas de glucosa, miel, caramelos duros o jugo de frutas.

Regla 15/15: cuando el nivel de glucosa en la sangre está por debajo de 70 mg/dL, se deben consumir 15 gramos de carbohidratos, esperar 15 minutos y luego volver a chequear el nivel de glucosa en la sangre. Si el nivel de glucosa en la sangre continúa siendo bajo, se debe repetir esta regla.



Si Usted Tiene Diabetes:

- Lleve con usted algún tipo de carbohidrato de acción rápida.
- Tenga a mano carbohidratos de acción rápida en su lugar de trabajo o donde pasa gran parte del tiempo.
- Explíquelo a las personas que pasan tiempo con usted cuáles son los signos y síntomas de los niveles bajos, o peligrosamente bajos, de glucosa en la sangre. Infórmeles dónde guarda sus provisiones.
- Use alguna alhaja con una identificación médica que diga “diabetes” y los medicamentos que toma, por ejemplo, insulina.



Si Usted Comparte Tiempo Con Alguien Que Tiene Diabetes:

- Recuerde que una persona con diabetes puede tener episodios de niveles bajos, o peligrosamente bajos, de glucosa en la sangre en cualquier momento.
- Pregúntele si tiene provisiones de carbohidratos de acción rápida para estos casos y dónde se encuentran.
- Observe si la persona comienza a presentar algunos de los signos o síntomas antes mencionados.
- Si es posible, ayude a la persona a controlar su nivel de glucosa en la sangre y a beber o ingerir algo dulce.
- Si la persona no puede ingerir una bebida o alimentos, o si se desmaya, comuníquese al 911 de inmediato para solicitar asistencia médica.
- No le de comida ni bebidas a una persona que está inconsciente.



Patrocinado por