

# Hiperglicemia o “Azúcar alta”

Hiperglicemia o “Azúcar alta”

Híper = Muy alto



Nivel de azúcar mas de  
200mg/dl

## Señales y síntomas de nivel alto de azúcar

Los niveles altos de azúcar en la sangre a través del tiempo pueden causar problemas en todas partes de su cuerpo. Es muy importante que usted aprenda las señales y síntomas que le da su cuerpo cuando sus niveles de azúcar son demasiado altos. Medición de los niveles de azúcar en la sangre es la mejor manera de ver si sus niveles de azúcar están altos. No espere a que su cuerpo le haga saber que usted tiene un problema.



Sediento



Orina frecuente



Hambriento



Cansado



Visión borrosa



Pérdida de peso

# Causas comunes de nivel alto de azúcar

Una de las mejores maneras para que usted pueda ayudar a controlar su nivel de azúcar es saber lo que causa que suban. Al conocer las causas, puede tomar medidas para mantenerse alejado o disminuir las causas. No se puede solucionar un problema si no sabe que lo tiene. ¡Por lo tanto, no tenga miedo de revisar su nivel de azúcar!



Muchos carbohidratos



Subir de peso



Olvidó tomar su medicamento



Estrés



Enfermedad



Esteroides

## Tratamiento:

El tratamiento de niveles altos de azúcar comienza con saber que ha provocado que suban. A continuación hay algunos consejos para ayudarle a reducir sus niveles de azúcar cuando están altos.

- Revise sus niveles de azúcar para ver qué es lo que está pasando
- Ejercicio (si no hay cetonas presentes si tiene diabetes tipo 1)
- Beba mucha agua. Al menos 1 vaso por hora
- Tome sus medicamentos para la diabetes como su proveedor le indicó
- Hable con su equipo de atención médica

