

Hyperglycemia or 'high sugar'

Hyperglycemia or 'High sugar'

Hyper = Too High



Sugar level above
200mg/dl

Signs and symptoms of high sugar levels

High blood sugar levels over time can cause problems for all parts of your body. It is very important that you learn the signs and symptoms your body gives you when your sugar levels are too high. Checking your blood sugars is the best way to see if your sugar levels are high. Don't wait for your body to let you know you have a problem.



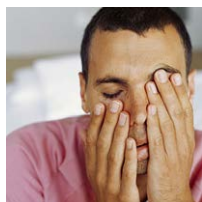
Thirsty



Urination (peeing)



Hungry



Tired



Blurred vision



Weight loss

Common causes of high blood sugar

One of the best ways for you to help control your sugar levels is to know what causes your sugar level to go up. By knowing the causes, you can take steps to stay away from or lessen the causes. You can't fix the problem if you don't know that you have one. So, never be afraid to check your sugar level!



Treatment:

Treatment of high sugar levels begins with knowing what has caused them to go high. Below are some tips to help you lower your sugar levels when they are high.

- Check your sugar levels to see what is going on
- Exercise (if no ketones present if you have Type 1 diabetes)
- Drink plenty of water. At least one glass per hour
- Take your diabetes medicines like your health care provider told you to
- Talk to your health care team



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.



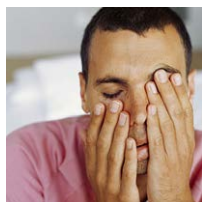
Sediento



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

