



Hiperglucemia (alto nivel de azúcar en la sangre)

El exceso de glucosa (azúcar) en la sangre se denomina “hiperglucemia” o “hiperglicemia”. Un nivel de azúcar en la sangre alto puede producir una afección peligrosa llamada **cetoacidosis**. En casos graves, puede provocar un coma.

Posibles causas de la hiperglucemia

- Plan de tratamiento de la diabetes inadecuado
- Enfermedad
- Estrés
- Ciertos medicamentos, como los esteroides
- Consumo excesivo de comida, especialmente carbohidratos
- Hacer menos actividad física de lo acostumbrado
- No tomar o ponerse medicamento suficiente para la diabetes



Síntomas de la hiperglucemia

A veces, la hiperglucemia no produce ningún síntoma. Cuando se presentan, los síntomas de la hiperglucemia pueden ser:

- Sed
- Necesidad de orinar con más frecuencia
- Sensación de cansancio
- Náuseas
- Piel reseca y picazón
- Visión borrosa
- Respiración acelerada
- Debilidad
- Mareos
- Heridas o infecciones en la piel que no sanan
- Pérdida de peso cuya causa no se conoce si la hiperglucemia dura más que unos pocos días

Lo que debe hacer

- Mídase su nivel de azúcar en la sangre.
- Beba abundante cantidad de líquidos sin azúcar ni cafeína, como el agua. No beba jugo de frutas.
- Vuelva a medirse el nivel de azúcar en sangre cada cuatro horas. Si se pone insulina o toma pastillas para la diabetes, siga su plan de medicamentos para un día de enfermedad. Si no puede comer, llame a su proveedor de atención médica.
- Hágase un examen de cetonas en la sangre o la orina, según las indicaciones.

- Llame a su proveedor de atención médica si su nivel de azúcar en la sangre y sus cetonas no vuelven a sus valores normales.

Cómo prevenir un nivel de azúcar en la sangre alto

Para ayudar a evitar que sus niveles de azúcar en la sangre suban demasiado:

- Mantenga el estrés bajo control.
- Si está enfermo, siga su plan para los días de enfermedad.
- Cumpla con su plan de comidas. Coma solo la cantidad de comida que indica su plan de comidas.
- Siga su plan de ejercicio físico.
- Use su insulina o tome sus medicamentos para la diabetes tal como le haya indicado su equipo de atención médica. También mídase el nivel de azúcar en la sangre según le hayan indicado. Si el plan no le funciona, convérsele con su médico.

Otras cosas que puede hacer

- Lleve con usted una tarjeta de identificación médica o use un brazalete de alerta médica. Debe decir que usted tiene diabetes. También debe decir lo que hay que hacer si usted pierde el conocimiento o entra en coma.
- Asegúrese de que sus familiares, amigos y compañeros de trabajo conozcan las señales de un nivel alto de azúcar en la sangre. Dígales lo que deben hacer si su nivel de azúcar sube mucho y no puede tratarse usted mismo.
- Hable con su equipo de atención médica para ver qué otras cosas puede hacer para prevenir un nivel de azúcar en la sangre alto.

Aviso especial: Cuando sienta síntomas de hiperglucemia, beba abundantes líquidos sin azúcar ni cafeína. Si tiene varios episodios de hiperglucemia, llame a su médico.

© 2000-2015 The StayWell Company, LLC. 780 Township Line Road, Yardley, PA 19067. Todos los derechos reservados. Esta información no pretende sustituir la atención médica profesional. Sólo su médico puede diagnosticar y tratar un problema de salud.