

Mi Plan Para Días de Enfermedad

Cuando estás enfermo, el estrés en tu cuerpo puede afectar tus niveles de glucosa. Es posible que necesites beber más líquidos y controlar tu glucosa en sangre con más frecuencia, y tus hábitos alimenticios pueden cambiar.

Es importante hablar con tu proveedor de atención médica sobre un plan para los días en que te sientas enfermo. Escribe en esta hoja lo que vas a hacer y colócala en un lugar que puedas encontrarla fácilmente, como en tu refrigerador.

Si me siento enfermo/a ...

- Yo llamaré a mi proveedor de atención médica si: _____

- Haré ajustes a mi insulina u otros medicamentos de esta manera: _____

- Checaré mi glucosa en la sangre más seguido en estos momentos: _____

- Si no estoy comiendo bien, intentaré beber líquidos e consumir algunas calorías. Buenas opciones de comida y bebida si estoy enfermo incluyen: _____

- ¿Debería hacerme un análisis de orina para detectar cetonas? _____