

## Fundamentos para el control de la diabetes [Basics of Diabetes Management]

### Vigilar la glucosa (azúcar) en la sangre de su hijo(a):

- Lávese las manos con agua y jabón, séquelas bien
- Cambie la lanceta (para picar) al menos una vez al día
- Proteja el medidor y las tiritas de temperaturas extremas
- Mantenga la fecha y hora exactas en los medidores
- Traiga todos los medidores a las citas
- Revise el nivel de azúcar en la sangre **antes** de comer
- Anote el (nivel de) azúcar en la sangre en su libreta, papel o aplicación de registro

### Inyección de insulina

- Proteja la insulina de temperaturas extremas
- Refrigere la insulina no utilizada
- No use la pluma o la ampolleta por más de 30 días
- Use una aguja de pluma/jeringa nueva con cada inyección
- Prepare y cebe (saque el aire de la pluma) las agujas de la pluma con 2 unidades antes de cada inyección
- Alternar los sitios de inyección

### Cetonas

- Analice las cetonas con **cualquier** enfermedad, sin importar el nivel de azúcar en la sangre
- Analice las cetonas cuando el azúcar en la sangre sea superior a 300 dos veces seguidas
- Analice las cetonas si tiene molestias estomacales o vomita
- Dele a su hijo(a) muchos líquidos para beber. Si hay cetonas, dele 1 oz por año de edad y por hora.
- **Llame al centro Barbara Davis al (303) 724-2323 si las cetonas son moderadas o altas en el ketostix para la orina o superior a 1.0 en el medidor de cetonas en la sangre.**

## Recetas

- Monitor para la prueba de la glucosa
- Tiritas reactivas de glucosa
- Lancetas
- Insulina de acción rápida
- Insulina de acción prolongada
- Agujas para la pluma
- Tiritas de cetonas en la orina o medidor y tiritas de cetona en la sangre
- Estuches de emergencia *Glucagon*

## Estuche escolar para el cuidado de la diabetes

- Pedidos de los profesionales de atención médica
- Medidor de prueba para la glucosa
- Tiritas reactivas de glucosa (al menos 50)
- Lancetas
- Toallitas con alcohol
- Pluma de insulina (insulina de acción rápida)
- Agujas para la pluma de insulina
- Tiritas de prueba de cetonas en la orina o tiritas y medidor de cetonas en la sangre
- Opciones de “azúcar rápido” 10-15g
- Opciones de tentempiés “estabilizadores” 10-15g
- Gel de glucosa
- Estuche *Glucagon*
- Información de contacto