

¡Hable!



5

Diabetes: Cinco maneras de participar en su tratamiento en el hospital

Diabetes: Cinco maneras de participar en su tratamiento de la diabetes en el hospital cuenta con el apoyo de

American Association of Diabetes Educators
www.diabeteseducator.org

American Diabetes Association
www.diabetes.org

Juvenile Diabetes Research Foundation
www.jdrf.org

The Joint Commission
www.jointcommission.org

The Joint Commission es la entidad de salud acreditada más grande de Estados Unidos que trabaja en la promoción de la calidad y la seguridad.

Ayudando a que las organizaciones de atención médica ayuden a sus pacientes

Vivir con diabetes hace que sea un experto en manejar los diferentes momentos de su enfermedad. Ya sabe qué hacer cuando se siente mal, cuando simplemente va a la tienda o cuando viaja al otro lado del país. Sin embargo, cuando se trata de una estadía en el hospital, nuevos desafíos se abren ante usted. No deje su tratamiento para la diabetes en segundo plano cuando esté en el hospital. Siempre trate de participar activamente en su tratamiento.

Antes de ir al hospital, hable con su doctor o con su especialista en diabetes. Si tiene que ir a la sala de emergencias, asegúrese de que el personal del hospital sabe cómo ponerse en contacto con el equipo especializado en diabetes que suele ocuparse de usted. Cuando esté en el hospital, pídale a un miembro de su familia o amigo al que le tenga confianza que sea tu intercesor. Su representante podrá hacer preguntas que quizás no se le ocurran o que no pueda hacer.

A continuación, le presentamos cinco cosas que puede hacer para seguir tratando su diabetes cuando esté en el hospital.

1.



Entérese de cómo se va a tratar su diabetes

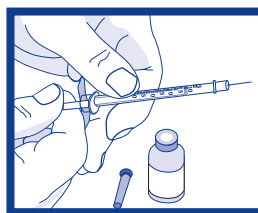
No asuma que las enfermeras o el personal del hospital saben cómo tratar su diabetes. El equipo especializado en diabetes que suele ocuparse de usted tiene que trabajar con ellos para darle el mejor cuidado. Además:

- No tenga miedo de recordarle al personal del hospital que tiene diabetes.
- Siempre lleve puesta su identificación de paciente diabético. Esto le informa al personal del hospital que padece esta enfermedad. Quizás necesite quitársela mientras le hacen un análisis o le dan un tratamiento. Recuerde volver a ponérsela.
- Pregunte qué cambios va a haber en su tratamiento mientras esté en el hospital.
- Pregunte cuán seguido se va a controlar su nivel de azúcar en sangre.
- Si toma insulina en casa, pídale al doctor que se ocupa de usted en el hospital, que anote una indicación para que se la proporcionen. Las enfermeras se encargarán de seguir las instrucciones del médico durante su estadía.
- Si usa una bomba de insulina, pregunte si puede dejársela puesta durante su estadía en el hospital.
- Avísele a las enfermeras si tiene síntomas de niveles bajos o altos de azúcar en sangre.

5.



2.



Pregunte qué hacer con sus medicinas

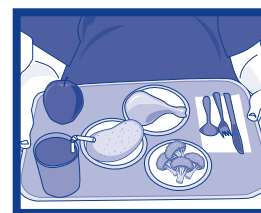
Hay ciertas medicinas que pueden afectar a las personas que sufren de diabetes. Si ya ha tenido problemas o reacciones con otras medicinas, dígaselo al personal del hospital. También pregunte:

- Qué medicinas tiene que dejar de tomar antes de su estadía en el hospital.
- Qué medicinas le darán para que tome cada día y por qué. Si se le olvidan fácilmente las cosas, lleve un registro. Muchas veces, por error, se toman las medicinas dos veces o se olvidan.
- Qué hacer si vomita o si no puede retener las medicinas en el estómago. Puede ser que su doctor necesite hacer cambios en su medicación.
- Qué hacer si no le dan sus medicinas a tiempo o antes de comer. No deje que nadie le dé insulina de acción rápida si aún no ha comido.
- Si van a operarlo, pregunte si la anestesia afectará su nivel de azúcar en sangre.
- Si las nuevas medicinas que le den después de la operación o para tratar su enfermedad afectan el nivel de azúcar en sangre.
- Si le van a dar insulina, pregunte cuándo lo harán y de qué tipo de insulina se trata. Quizás no tome insulina normalmente, pero es posible que se la den en el hospital.

Entérese de qué va a pasar cuando vuelva a casa

Pídale a su doctor que le explique cómo va a ser el regreso a su casa. Pregúntele qué cuidados va a necesitar después de su estadía en el hospital. Asegúrese de que usted y su representante entiendan las instrucciones. Averigüe:

3.



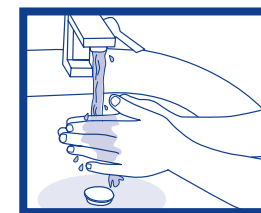
Pregunte qué va a pasar con su dieta

Hable con el o la dietista del hospital acerca de lo que le gusta comer. Necesita saber:

- Si sus comidas van a estar adaptadas para ayudarlo a mantener los niveles de azúcar en sangre en niveles adecuados.
- Qué debe hacer si sus comidas no llegan a tiempo, si no se ha controlado su nivel de azúcar en sangre o si sus medicinas no llegan antes de las comidas.
- Cómo van a manejar su nivel de azúcar en sangre si no puede comer.
- Cuándo va a poder comer normalmente.
- Debe avisarle a la enfermera si un visitante le trae comida. Puede ser que sea necesario hacer un ajuste en las cantidades de insulina.

- Qué va a pasar con los niveles de azúcar en sangre cuando empiece a recuperarse.
- Cuáles son los signos y síntomas de los niveles bajos y altos de azúcar en sangre y cómo los puede tratar en casa.
- Qué signos y síntomas debe tomar en cuenta para llamar a su médico.
- Cuándo debe volver a ver a su médico para los cuidados de seguimiento.

4.



Evite las infecciones

Las personas con diabetes tienen un riesgo más alto de contraer infecciones en el hospital. Lo que tiene que hacer para evitar que esto suceda:

- Vigilar que el personal que le atiende se lave las manos. Decírselo si no lo hacen.
- Asegurarse de que el personal utilice guantes limpios. No tenga miedo de recordárselo.
- Dígale a su enfermera si tiene algún corte, lastimadura o moretón que no haya sanado aún.
- Recuerde lavarse las manos.
- Dígales a tus familiares y amigos que si están enfermos no vayan a visitarle.

Además, asegúrese de vacunarse contra la influenza cada año y de que su vacuna contra la neumonía esté al día.

- Si tiene que tomar insulina en casa. Si no está acostumbrado a tomar insulina, asegúrese de recibir instrucciones de cómo hacerlo y mostrarle a la enfermera que puede inyectarse solo. Pregunte por cuánto tiempo va a tener que seguir tomando insulina cuando vuelva a casa.
- Si tiene una herida, cuánto tiempo va a tardar en sanar. La cicatrización puede tomar más tiempo para las personas con diabetes.
- Cuándo puede volver a ejercitarse, comer y tomar sus medicinas normalmente.