

Orientações pós alta para diabéticos



Sinais e sintomas de HIPERGLICEMIA (níveis de glicose elevados)

- Sede intensa
- Muita fome
- Urina em excesso
- Perda de peso

O que fazer?

Realizar o teste de glicemia capilar e seguir as recomendações médicas quanto ao uso da Insulina.

Sinais e sintomas de HIPOGLICEMIA (níveis de glicose baixos)

- Tremores
- Suor frio/Tontura
- Dor de cabeça
- Sonolência
- Fome súbita
- Visão turva
(vista borrada)

O que fazer?

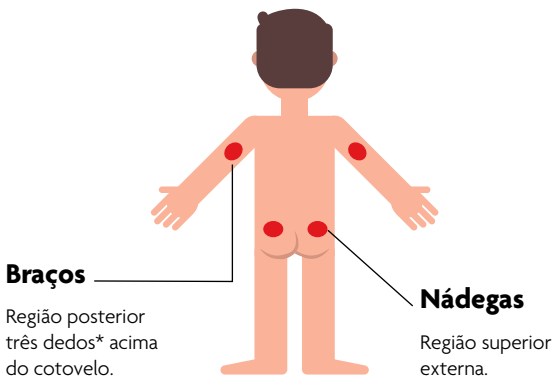
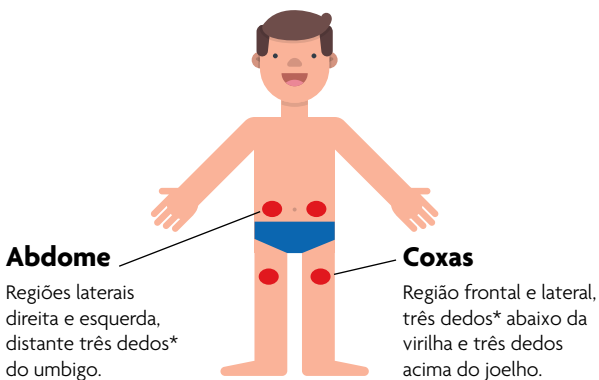
Realizar o teste de glicemia capilar se apresentar níveis da glicemia menor ou igual a 50mg/dl, alimentar-se e fazer novo teste de glicemia em seguida.

Caso o paciente esteja desacordado, não tentar alimentá-lo. Levá-lo imediatamente ao hospital mais próximo.

Quando realizar a Glicemia Capilar?

- | | |
|--------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Em jejum | <input type="checkbox"/> Antes do jantar |
| <input type="checkbox"/> 2h após o café da manhã | <input type="checkbox"/> Às 03h da manhã |
| <input type="checkbox"/> Antes do almoço | <input type="checkbox"/> 2h após o almoço |
| | <input type="checkbox"/> 2h após o jantar |

Onde aplicar a insulina:

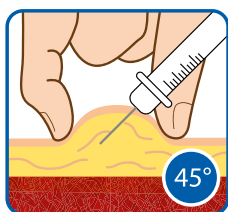
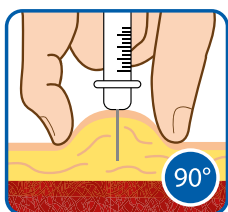


Vamos rodiziar o local onde aplicar a insulina?

Data	Local (Dir./Esq.)	Horário

Como aplicar a insulina?

Para a aplicação, estique e puxe a pele para fazer a “prega” e insira a agulha cuidadosamente na posição vertical (90°) ou levemente inclinada (45°).



Orientações gerais sobre os cuidados com o paciente diabético:

- Evite aplicar a insulina antes de fazer atividade física nas regiões do corpo mais exigidas pelo exercício;
- A atividade física pode aumentar a velocidade de absorção e a metabolização da insulina, podendo causar hipoglicemia;
- Tenha sempre consigo alimentos que contenham açúcar, a fim de reverter uma hipoglicemia;
- Fazer um rodízio das regiões de aplicação da insulina, pois quando uma área é utilizada muitas vezes, pode ocasionar alterações no tecido subcutâneo e na pele podendo prejudicar a absorção da insulina, e também para prevenir lipohipertrofia ou lipoatrofia insulínica;
- Nunca realizar a aplicação por cima da roupa;
- Seguir rigorosamente a prescrição médica quanto ao tipo, quantidade em unidades, frequência e horários das aplicações de insulina;
- Se observar hematomas ou sentir dor nos locais da aplicação da insulina, procurar um médico para avaliação;
- Evite os extremos de temperatura e agitação em excesso, pois levam a diminuição da potência ou precipitação da insulina.

Como deve ser armazenada a insulina:

- Conservar embalagem lacrada em geladeira (não colocar na porta);
- Acondicionar longe de alimentos crus e/ou que exalem odores fortes;
- Não armazenar em freezer ou congelador;
- Manter o frasco na embalagem original para protegê-lo da luz.

Após aberto: deve ser armazenado fora da geladeira, em local fresco (não deve ultrapassar 30°C). Manter longe de calor, umidade e de luz direta. Não armazenar em banheiro e cozinha e não retornar o frasco para a geladeira após a sua abertura.

Validade: 28 a 42 dias. Checar em bula a recomendação do fabricante.

Como descartar as seringas e/ou agulhas?

- Utilize embalagens de uso doméstico (garrafas PET por exemplo).
- O descarte deve ser realizado antes de completar o recipiente (por segurança).
- O recipiente deverá ser fechado e lacrado com uma fita adesiva e devidamente identificado. Procure uma UBS, AMA ou Hospital para realizar o descarte seguro.
- Nunca descarte no lixo doméstico.



Você encontra mais informações sobre este assunto no site da Associação de Diabetes Juvenil: <http://www.adj.org.br/>,

Hospital Infantil Sabará
Av. Angélica, 1987
Higienópolis • São Paulo • SP
www.hospitalinfantilsabara.org.br

