

Qué hacer ante una hipoglucemia

SOSPECHARLA ANTE

Irritabilidad	Debilidad
Temblor	Visión borrosa
Sudoración fría	Razonamiento alterado
Náuseas	Mareo
Palpitaciones	Inconsciencia

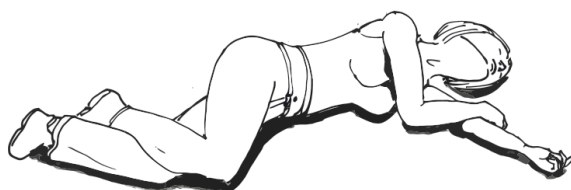
MAYOR RIESGO

- Saltarse alguna comida; ingesta de alcohol
- Administrar más dosis de antidiabético
- Esfuerzo intenso
- Enfermedad renal o hepática
- Tratamiento con betabloqueante

SI ESTÁ INCONSCIENTE

Estamos ante una urgencia vital, actúe con serenidad pero sin perder tiempo. Colóquelo en posición lateral de seguridad. Valore su glucemia; si es menor de 60mg, ponga de inmediato **Glucagón** subcutáneo (para un peso mayor de 60kg: 1 ampolla entera; si pesa menos de 60kg: solo ½) y avise urgentemente al médico (**112**); además, tápelo sin abrigarlo en exceso. Si tras 5 minutos no recupera la consciencia, pondremos de nuevo el **Glucagón** a la misma dosis.

En cuanto se recupere, seguiremos los pasos detallados en SI ESTÁ CONSCIENTE mientras esperamos la intervención del médico o del enfermero.



Posición lateral de seguridad

GLUCAGÓN- Conservarlo en la nevera

SI ESTÁ CONSCIENTE (REGLA DEL 15)

Siga la **REGLA DEL 15**.

- Si la glucemia es menor de 60mg, para evitar una inconsciencia, administre cuanto antes: preparado comercial o casero (vaso de agua con 2 azucarillos, zumo azucarado) de 15 gramos de hidratos de carbono rápidos, esperar 15 minutos y determinar la glucemia.
- Si es menor de 60, repetir la misma pauta de 15 gramos de hidratos de carbono rápidos, y una nueva glucemia a los 15 minutos.
- Si es menor de 60, repetir la pauta y valorar, de nuevo a los 15 minutos.

Tras los últimos 15 minutos:

- SI NO MEJORA LA GLUCEMIA (por encima de 80 mg): hablar con urgencia con el **médico**.
- SI SE RECUPERA: aumentar la ingesta de hidratos de carbono más lentos (yogur, galletas, bizcocho, chocolate,...) y vigilar la glucemia en las próximas horas (a la hora y a las 2, 3 y 4 horas).
- SI VUELVE A BAJAR LA GLUCEMIA o se repite en los 2 días siguientes: hablar con el **médico**.

REGLA DEL 15

