

NÍVEIS ALTOS DE AÇÚCAR NO SANGUE (HIPERGLICEMIA)

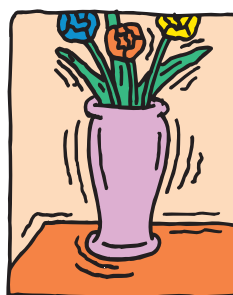
É importante manter o açúcar no sangue sob controlo. Demasiado açúcar no sangue, durante demasiado tempo, pode causar graves problemas de saúde.

Causas frequentes: Demasiada comida, não tomar insulina ou comprimidos para a diabetes suficientes, ser menos ativo do que o normal, stress ou doença.

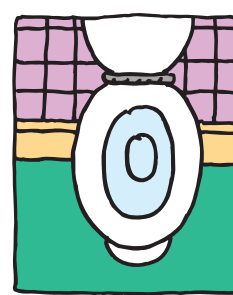
Os sintomas incluem:



Sede a toda a hora



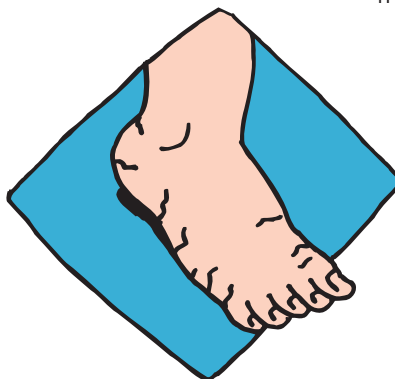
Visão turva



Necessidade de urinar frequentemente



Fraco ou ansado



Pele seca



Frequentemente com fome

O que fazer:



- Verifique frequentemente os seus níveis de açúcar no sangue
- Continue a tomar a sua medicação
- Siga o seu plano de refeições
- Beba muita água
- Faça exercício, se puder.

Se o seu nível de açúcar no sangue for superior ao seu objetivo durante 3 dias e não souber porquê, contacte imediatamente o seu médico ou clínica de saúde.

