

NÍVEIS BAIXOS DE AÇÚCAR NO SANGUE

(Hipoglicemia)

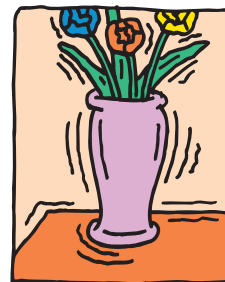
Níveis baixos de açúcar no sangue pode ocorrer rapidamente. Se não for tratada de imediato, a hipoglicemia pode causar uma emergência médica. Pode até mesmo desmaiar.

Causas comuns: Saltar uma refeição ou não comer o suficiente; demasiada insulina ou comprimidos para a diabetes; mais ativo do que o habitual.

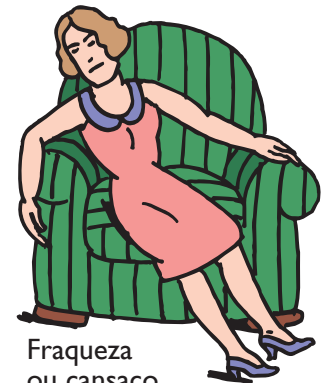
Os sinais de alerta incluem:



Tremores ou tonturas



Visão turva



Fraqueza ou cansaço



Transpirado



Dor de cabeça



Com fome



Aborrecido ou nervoso

O que fazer?



Verifique imediatamente o nível de açúcar no sangue. Se for inferior a 70, trate a hipoglicemia. Se não puder verificar, trate mesmo assim para estar seguro.



Trate comendo 3 pacotes ou 1 colher de sopa de açúcar normal, 4 oz de sumo de fruta normal ou 6 oz de refrigerante normal (não de dieta!).



Verifique o seu nível de açúcar no sangue após 15 minutos. Se continuar a ser baixo (inferior a 70), volte a tratar. Se continuar a ter problemas e não souber porquê, contacte o seu médico ou clínica de saúde.