

Tomando Medicamentos

Hay diversos tipos de medicamentos que generalmente se recomiendan para las personas con diabetes. Hay insulinas y píldoras que bajan el azúcar en la sangre. También hay la aspirina, medicamentos para la presión arterial, medicamentos para bajar el colesterol y muchas veces más.

Sus medicamentos vienen con instrucciones expreso de uso y pueden afectar a su cuerpo de manera diferente según **cuándo** y **cómo** los toma. Puede tomar un tiempo para conocer qué medicamentos funcionan mejor con su cuerpo. Por lo tanto, es importante que preste atención a cómo se siente y cómo reacciona su cuerpo a cada nuevo medicamento o tratamiento. Informe a su médico o educador de diabetes si ha notado algún efecto secundario.

Es importante conocer **los nombres, la dosis, el uso y las instrucciones** de los medicamentos que toma.

Recuerda:

- **Pregunte por qué** se recomendó este medicamento para usted.
- Asegúrese de traer todos los medicamentos o etiquetas cuando vaya a citas médicas. **Pida ayuda** para ayudar a ajustar su rutina de medicación en su horario diario.
- **Pídale a alguien** que vaya con usted a una cita y tome notas sobre las instrucciones de la medicación.
- **Pídale a alguien que le recuerde** que debe tomar sus medicamentos si tiene dificultades para acordarse de tomarlos.

¿Lo sabías?

Algunos productos de venta libre, suplementos o remedios naturales pueden interferir con la efectividad de sus medicamentos recetados. Dígle a su médico o educador de diabetes acerca de CUALQUIER suplemento que esté tomando para que pueda hacer las mejores recomendaciones para su cuidado.

¿Verdadero o Falso?

Cuando usted inyecta insulina, necesita rotar sus sitios de inyección.

¡VERDADERO! Si se inyectas insulina siempre en el mismo lugar, su tejido se puede dañar y no absorberá la insulina. Asegúrate de alternar el lugar donde se inyectas entre las partes más gordas en la parte superior de su brazo, la parte externa del muslo, la nalga/cadera, o el abdomen.



Consejo



Si a menudo se le olvida de tomar su medicamento, trata de recordarlo relacionándolo con una actividad específica — como cuando mira las noticias todas las noches o cuando se cepilla los dientes. O, poniendo una alarma en tu reloj en tu teléfono celular.



Considere la posibilidad de tomar notas cuando su proveedor le informa sobre su medicamento o tal vez grabarlo en su teléfono celular.

Utilice la siguiente actividad para ayudarle a comunicarse con su médico acerca de sus medicamentos

¿Cómo se siente acerca de tener que usar insulina u otros medicamentos?

¿Cuál es la parte más difícil de tomar sus medicamentos?

Nombre de su medicamento	¿Cuáles son algunos de los efectos secundarios?
¿Cuánto debe tomar?	¿Qué hace si se le olvida tomarse este medicamento?
¿Para qué toma este medicamento?	¿Hay mas que debe saber?
Repite este ejercicio para todos sus medicamentos.	**Pregúntale a su doctor o su educadora de diabetes si no entiende o si tiene preguntas.

Recuerde, estamos aquí para ayudarle con sus medicamentos y rutinas para el cuide de la diabetes. Llame al **925.864.3189** para pedir ayuda.