

RESERVE TEMPO

PARA CUIDAR DE SI

GLICEMIA ELEVADA (HIPERGLICEMIA)

Há muito que pode fazer para se manter saudável com a diabetes.



A glicemia elevada (açúcar no sangue) também é chamada de hiperglicemia, que ocorre quando existe demasiada glicose no sangue. Ao longo do tempo, pode causar problemas de saúde graves.

Causas

A glicemia elevada pode acontecer se:

- Esquecer-se de uma dose de insulina ou outra medicação para a diabetes
- Comer de forma diferente ou mais do que o planeado
- For menos ativo do que o habitual
- Estiver sob stress ou doente

A glicemia elevada também pode acontecer à medida que a sua diabetes muda ao longo do tempo.

Sinais e sintomas

Eis o que pode acontecer quando a sua glicemia está elevada:

Muita sede



Necessidade de urinar mais do que o habitual



Muita fome



Sonolência



Visão turva



As infeções ou lesões cicatrizam mais lentamente do que o habitual



Ou pode não ter quaisquer sintomas.



GLICEMIA ELEVADA (HIPERGLICEMIA)

O que fazer em relação à glicemia elevada

A melhor forma de evitar glicemia elevada é seguir o seu plano de cuidados da diabetes:



SEGUIR

Tome os seus medicamentos conforme indicado



Siga o seu plano alimentar



Siga o seu plano de atividade física

Contacte a sua equipa de cuidados da diabetes se a sua glicemia tiver estado acima do seu valor alvo durante 3 dias e não souber porquê.



TELEFONAR

A melhor forma de saber se tem glicemia elevada é verificar a sua glicemia regularmente, conforme indicado pelo seu médico.



VERIFICAR

Visite [Cornerstones4Care.com](https://www.cornerstones4care.com) para obter mais recursos e para se registar num programa de apoio GRATUITO à diabetes! Aponte a câmara do seu smartphone para o código QR para um acesso rápido ao website no seu telefone.

 Comer

 Mover-se

 Tratar

 Manter-se no caminho certo



A Novo Nordisk Inc. concede permissão para reproduzir esta peça para fins educacionais sem fins lucrativos apenas na condição de que a peça seja mantida no seu formato original e que o aviso de direitos de autor seja exibido. A Novo Nordisk Inc. reserva-se o direito de revogar esta autorização a qualquer momento.

Cornerstones4Care® é uma marca comercial registada da Novo Nordisk A/S.

Novo Nordisk é uma marca comercial registada da Novo Nordisk A/S.

© 2022 Novo Nordisk Impresso nos E.U.A. US22PAT00004 Março de 2022

[Cornerstones4Care.com](https://www.cornerstones4care.com)

