

The Take Control Two-Step

Pasos Para Controlar las Enfermedades Crónicas

Recursos Para Controlar la Diabetes

Cómo usar un glucómetro

Un glucómetro es un dispositivo que usted puede usar en casa para monitorear el azúcar en su sangre. Mantenga un registro de todos sus resultados para darle a su médico una idea exacta de cómo su plan de tratamiento esta funcionando.

1. Lávese las manos.
2. El calentar sus manos primero puede hacer que la sangre fluya más fácil. Frote sus manos enérgicamente.
3. Prenda el glucómetro. Cuando la maquina esta lista, coloque en ella una de las tiras de prueba.
4. Limpie el área deseada con una almohadilla preparada con alcohol; espere a que el alcohol evapore.
5. Penetre la punta de su dedo con una lanceta para obtener una gota de sangre.
6. Coloque la gota de sangre en la tira.
7. El glucómetro calculará el azúcar en la sangre. Siga las instrucciones de su médico para cualquier lectura de azúcar en la sangre que usted obtenga.
8. Anote sus resultados. El mantener un buen registro ayuda a su médico a establecer un mejor plan de tratamiento. Algunos glucómetros almacenan los resultados para facilitar el mantenimiento de registros.

