

Guardando la insulina y otros medicamentos inyectables

La insulina debe guardarse adecuadamente para que funcione mejor en el control de su nivel de glucosa sanguínea.

Botellas o plumas de insulina sin abrir:

- Es mejor guardarlas en el refrigerador hasta la fecha de vencimiento.
- Tenga cuidado en no congelar la insulina.

Botellas o plumas de insulina abiertas:

- Pueden guardarse a temperatura ambiente (59 a 86 grados) durante 28 a 30 días.
- Manténgalas alejadas del calor y de la luz.



Recuerde:

- Rotar los lugares donde se inyecta y evitar áreas que si sientan duras o sensibles, o que se vean enrojecidas.
- Coma comidas regulares cada cuatro a cinco horas. No se salte comidas. Si se retrasa en comer, puede necesitar una botana.
- Siempre lleve consigo azúcar de acción rápida (tabletas de glucosa o dulce de caramelo macizo) y una tarjeta de cartera con instrucciones para el caso de bajos niveles de glucosa sanguínea.
- Use un brazalete o collar de alerta médica, o lleve una identificación que indique que tiene diabetes.