

¿Qué deben tener en cuenta los pacientes que utilicen insulina?

Los pacientes o los familiares que aplican el tratamiento deben conocer perfectamente el manejo de los dispositivos (pluma inyectora) y la técnica de administración.

Aspectos generales:

- La insulina debe guardarse en la nevera, excepto el dispositivo o vial que se esté utilizando, que se puede conservar en sitio fresco a una temperatura inferior a 30°C durante un máximo de 4 semanas. Debe asegurarse la fecha de caducidad del vial antes de iniciarlo.
- Los pacientes a tratamiento con Insulina deben medir periódicamente sus niveles de azúcar en sangre (Autocontroles de glucemia). La frecuencia con la que han de hacerlo será indicada por su médico y tiene que ver con el tipo de tratamiento (una o varias dosis diarias de insulina) y con la mayor o menor estabilidad de los niveles de glucemia.
- El tratamiento con insulina incrementa el riesgo de hipoglucemias: el paciente tiene que saber reconocerlas y cómo actuar para corregirlas.

Modo de administración:

Es importantísimo que la técnica de administración sea correcta:

- En caso de NPH o mezclas el vial debe agitarse hasta su correcta homogenización (a modo de limpiaparabrisas de un coche 20 veces).
- Marcar la dosis.
- Hacer un pliegue para clavar e inyectar la aguja perpendicular (con un ángulo de 90°).
- Soltar el pliegue, sujetar el vial e inyectar lentamente la insulina hasta el final.
- Retirar la aguja y oprimir (no masajear) la zona 10 segundos.
- En general, se recomienda no reutilizar las agujas.
- Observar las zonas de inyección para asegurarse de que no hay zonas endurecidas o enquistadas, zonas eritematosas.
- Guardar una distancia de 2-3 cm. de un pinchazo a otro.

Ajuste de Dosis:

- Es importante no hacer cambios de dosis de Insulina sin consejo médico, salvo que tenga instrucciones específicas y entrenamiento para ello.
- Los cambios de dosis deben basarse en autocontroles del nivel de azúcar en sangre (glucemia) y seguir las instrucciones médicas, preferiblemente por escrito.