

# SpeakUP™



# 5

## **Diabetes: Five ways to be active in your care at the hospital**

### **Diabetes: Five ways to be active in your care at the hospital is supported by**

**American Association of Diabetes Educators**  
[www.diabeteseducator.org](http://www.diabeteseducator.org)

**American Diabetes Association**  
[www.diabetes.org](http://www.diabetes.org)

**Juvenile Diabetes Research Foundation**  
[www.jdrf.org](http://www.jdrf.org)

**The Joint Commission**  
[www.jointcommission.org](http://www.jointcommission.org)

The Joint Commission is the largest health care accrediting body in the United States that promotes quality and safety.

*Helping health care organizations help patients*

Living with diabetes can make you good at managing the ups and downs of the disease. You can handle sick days, a trip to the store or a trip across the country. Going to the hospital, however, presents new challenges. Do not let your diabetes care take a back seat while you are in the hospital. You should always be an active participant in your care.

Before you go to the hospital, talk with your doctor or diabetes educator. If you have to go to the emergency room, make sure hospital staff know how to get in touch with your diabetes team. While in the hospital, ask a trusted family member or friend to be your advocate. An advocate can ask questions that you may not think about or be able to ask.

Here are five things that you can do to take care of your diabetes while you are in the hospital.

# 1.

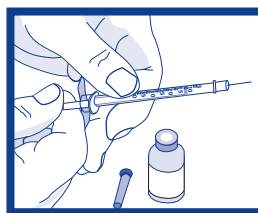


## Find out how your diabetes will be managed

Do not assume that hospital nurses or other caregivers will know how to manage your diabetes. Your diabetes care team should work closely with them to help care for you. In addition:

- Do not be afraid to remind your caregivers that you have diabetes.
- Always wear your diabetes ID. This tells hospital staff that you have diabetes. You may need to take it off for treatment or a test. Remember to put it back on.
- Ask what changes will be made to your current diabetes care plan.
- Ask how often and when your blood sugar will be checked.
- If you take insulin at home, ask the doctor taking care of you in the hospital to write insulin orders. The nurses will follow these orders during your stay.
- If you wear an insulin pump, ask if you can leave it on during your hospital stay.
- Tell the nurse if you think you are having symptoms of low or high blood sugar.

# 2.

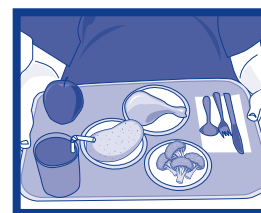


## Ask what will happen with your medicines

People with diabetes can be affected by new medicines. Speak up if you have had any problems or reactions to medicines in the past. Also ask:

- Which medicines to stop taking before your hospital stay.
- What medicines are being given to you each time and why. If you are forgetful, keep a log. Often, medicines are given twice or forgotten.
- What to do if you are sick to your stomach or cannot keep medicine down. Your doctor may need to make changes in your diabetes medicines.
- What to do if medicines are not given on time or before your meal. Do not let anyone give you rapid acting insulin if your meal has not arrived.
- If you have surgery, will your blood sugar be affected by the medicines used to put you to sleep.
- If your blood sugar will be affected by new medicines given to you after surgery or for your illness.
- If you will be given insulin, ask what type you will be given and when. You may not normally take insulin, but you may be given it in the hospital.

# 3.

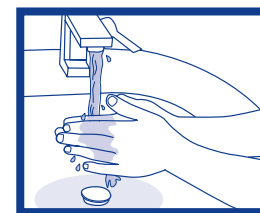


## Know what will happen with your diet

Talk to the hospital dietitian about what you like to eat. You need to know:

- Will your food and meals be adjusted to help you achieve blood sugar levels in your target range.
- What you should do if meals are not on time, if your blood sugar has not been checked, or your medicines do not arrive before your meal.
- How your blood sugar will be managed if you cannot eat.
- When you will be able to eat normal meals.
- To alert the nurse if a visitor brings you food. You may need to have your insulin adjusted.

# 4.



## Avoid getting an infection

People with diabetes have a higher risk of getting an infection while in the hospital. You should:

- Watch to see if caregivers wash their hands. Speak up if they do not.
- Make sure caregivers wear clean gloves. Do not be afraid to remind them.
- Tell your nurses about any cuts, sores or bruises that have not healed.
- Remember to wash your own hands.
- Ask sick relatives or friends to stay home until they feel better.

In addition, make sure you get a flu shot every year and that your pneumonia vaccine is still current.

# 5.



## Find out what will happen when you go home

Have your doctor explain what you can expect after leaving the hospital. Ask about the follow-up care that you will need. Make sure that you or your advocate understands the instructions. Find out:

- What will happen to your blood sugar while you are getting better.
- The signs and symptoms of low and high blood sugar and how to treat them at home.
- What signs and symptoms should cause you to call the doctor.
- When you should see your doctor for follow-up care.
- If you are going home on insulin. If you do not usually take insulin, make sure you get instruction and show the nurse that you can give yourself an insulin shot. Ask how long you will need to take insulin at home.
- If you have a wound, how long it will take for it to heal. Healing can take longer for people with diabetes.
- When you can go back to your normal exercise, medicines and diet.

# ¡Hable!



# 5

## **Diabetes: Cinco maneras de participar en su tratamiento en el hospital**

### **Diabetes: Cinco maneras de participar en su tratamiento de la diabetes en el hospital cuenta con el apoyo de**

**American Association of Diabetes Educators**  
[www.diabeteseducator.org](http://www.diabeteseducator.org)

**American Diabetes Association**  
[www.diabetes.org](http://www.diabetes.org)

**Juvenile Diabetes Research Foundation**  
[www.jdrf.org](http://www.jdrf.org)

**The Joint Commission**  
[www.jointcommission.org](http://www.jointcommission.org)

The Joint Commission es la entidad de salud acreditada más grande de Estados Unidos que trabaja en la promoción de la calidad y la seguridad.

*Ayudando a que las organizaciones de atención médica ayuden a sus pacientes*

Vivir con diabetes hace que sea un experto en manejar los diferentes momentos de su enfermedad. Ya sabe qué hacer cuando se siente mal, cuando simplemente va a la tienda o cuando viaja al otro lado del país. Sin embargo, cuando se trata de una estadía en el hospital, nuevos desafíos se abren ante usted. No deje su tratamiento para la diabetes en segundo plano cuando esté en el hospital. Siempre trate de participar activamente en su tratamiento.

Antes de ir al hospital, hable con su doctor o con su especialista en diabetes. Si tiene que ir a la sala de emergencias, asegúrese de que el personal del hospital sabe cómo ponerse en contacto con el equipo especializado en diabetes que suele ocuparse de usted. Cuando esté en el hospital, pídale a un miembro de su familia o amigo al que le tenga confianza que sea tu intercesor. Su representante podrá hacer preguntas que quizás no se le ocurran o que no pueda hacer.

A continuación, le presentamos cinco cosas que puede hacer para seguir tratando su diabetes cuando esté en el hospital.

# 1.



## Entérese de cómo se va a tratar su diabetes

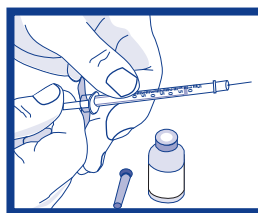
No asuma que las enfermeras o el personal del hospital saben cómo tratar su diabetes. El equipo especializado en diabetes que suele ocuparse de usted tiene que trabajar con ellos para darle el mejor cuidado. Además:

- No tenga miedo de recordarle al personal del hospital que tiene diabetes.
- Siempre lleve puesta su identificación de paciente diabético. Esto le informa al personal del hospital que padece esta enfermedad. Quizás necesite quitársela mientras le hacen un análisis o le dan un tratamiento. Recuerde volver a ponérsela.
- Pregunte qué cambios va a haber en su tratamiento mientras esté en el hospital.
- Pregunte cuán seguido se va a controlar su nivel de azúcar en sangre.
- Si toma insulina en casa, pídale al doctor que se ocupa de usted en el hospital, que anote una indicación para que se la proporcionen. Las enfermeras se encargarán de seguir las instrucciones del médico durante su estadía.
- Si usa una bomba de insulina, pregunte si puede dejársela puesta durante su estadía en el hospital.
- Avísele a las enfermeras si tiene síntomas de niveles bajos o altos de azúcar en sangre.

# 5.



# 2.



## Pregunte qué hacer con sus medicinas

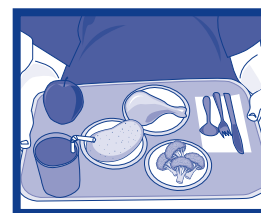
Hay ciertas medicinas que pueden afectar a las personas que sufren de diabetes. Si ya ha tenido problemas o reacciones con otras medicinas, dígaselo al personal del hospital. También pregunte:

- Qué medicinas tiene que dejar de tomar antes de su estadía en el hospital.
- Qué medicinas le darán para que tome cada día y por qué. Si se le olvidan fácilmente las cosas, lleve un registro. Muchas veces, por error, se toman las medicinas dos veces o se olvidan.
- Qué hacer si vomita o si no puede retener las medicinas en el estómago. Puede ser que su doctor necesite hacer cambios en su medicación.
- Qué hacer si no le dan sus medicinas a tiempo o antes de comer. No deje que nadie le dé insulina de acción rápida si aún no ha comido.
- Si van a operarlo, pregunte si la anestesia afectará su nivel de azúcar en sangre.
- Si las nuevas medicinas que le den después de la operación o para tratar su enfermedad afectan el nivel de azúcar en sangre.
- Si le van a dar insulina, pregunte cuándo lo harán y de qué tipo de insulina se trata. Quizás no tome insulina normalmente, pero es posible que se la den en el hospital.

## Entérese de qué va a pasar cuando vuelva a casa

Pídale a su doctor que le explique cómo va a ser el regreso a su casa. Pregúntele qué cuidados va a necesitar después de su estadía en el hospital. Asegúrese de que usted y su representante entiendan las instrucciones. Averigüe:

# 3.



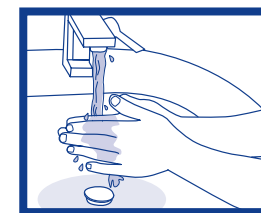
## Pregunte qué va a pasar con su dieta

Hable con el o la dietista del hospital acerca de lo que le gusta comer. Necesita saber:

- Si sus comidas van a estar adaptadas para ayudarlo a mantener los niveles de azúcar en sangre en niveles adecuados.
- Qué debe hacer si sus comidas no llegan a tiempo, si no se ha controlado su nivel de azúcar en sangre o si sus medicinas no llegan antes de las comidas.
- Cómo van a manejar su nivel de azúcar en sangre si no puede comer.
- Cuándo va a poder comer normalmente.
- Debe avisarle a la enfermera si un visitante le trae comida. Puede ser que sea necesario hacer un ajuste en las cantidades de insulina.

- Qué va a pasar con los niveles de azúcar en sangre cuando empiece a recuperarse.
- Cuáles son los signos y síntomas de los niveles bajos y altos de azúcar en sangre y cómo los puede tratar en casa.
- Qué signos y síntomas debe tomar en cuenta para llamar a su médico.
- Cuándo debe volver a ver a su médico para los cuidados de seguimiento.

# 4.



## Evite las infecciones

Las personas con diabetes tienen un riesgo más alto de contraer infecciones en el hospital. Lo que tiene que hacer para evitar que esto suceda:

- Vigilar que el personal que le atiende se lave las manos. Decírselo si no lo hacen.
- Asegurarse de que el personal utilice guantes limpios. No tenga miedo de recordárselo.
- Dígale a su enfermera si tiene algún corte, lastimadura o moretón que no haya sanado aún.
- Recuerde lavarse las manos.
- Dígales a tus familiares y amigos que si están enfermos no vayan a visitarle.

Además, asegúrese de vacunarse contra la influenza cada año y de que su vacuna contra la neumonía esté al día.

- Si tiene que tomar insulina en casa. Si no está acostumbrado a tomar insulina, asegúrese de recibir instrucciones de cómo hacerlo y mostrarle a la enfermera que puede inyectarse solo. Pregunte por cuánto tiempo va a tener que seguir tomando insulina cuando vuelva a casa.
- Si tiene una herida, cuánto tiempo va a tardar en sanar. La cicatrización puede tomar más tiempo para las personas con diabetes.
- Cuándo puede volver a ejercitarse, comer y tomar sus medicinas normalmente.