

## Informações sobre a Medicação Anti-Diabética

### Medicação para a Diabetes

- ✓ Por vezes, para melhor controlar a diabetes e evitar as complicações, é necessário tomar comprimidos, antidiabéticos orais (ADO) ou fazer insulina. Isso não quer dizer que “é o fim do mundo”
- ✓ Um dos efeitos de alguns comprimidos (ADO) é estimular o pâncreas a produzir mais insulina. Por vezes o pâncreas, mesmo estimulado não consegue produzir mais insulina. Nestas situações, o médico pode receitar insulina para melhor controlar a sua diabetes
- ✓ As injeções de insulina ajudam as células a absorver o açúcar do sangue, pois sem isso não podemos viver
- ✓ Não entre em pânico, as canetas de injectar insulina são fáceis de utilizar e os profissionais de saúde ajudam-no no que for necessário
- ✓ Se fizer insulina esteja atenta ao armazenamento da insulina que não está a ser utilizada. As recargas ou canetas pré cheias devem estar no frigorífico, longe do congelador; a caneta que está em uso deve ser guardada fora do frigorífico, num local abrigado do calor (por exp: uma gaveta) porque a injeção com insulina fria dói ao ser administrada e porque o calor excessivo altera a insulina
- ✓ Use agulhas de acordo com a espessura da pele. Existem diversos comprimentos de agulha. É importante usar o comprimento adequado à sua pele. Mude de agulha a cada administração e rode os locais onde se injecta, a fim de evitar lipodistrofia, hematomas ou outras situações, que interferem com absorção da insulina
- ✓ Se sentir com capacidade, seja autónomo na administração de insulina. A família ajuda, mas se conseguir ser independente é melhor para si e para quem o rodeia. Só custa as primeiras vezes

### **Acredite em si próprio, todo o material é simples de usar**

#### **Nota:**

- ✓ Não se esqueça que a base do controlo da diabetes é alimentação saudável, o exercício físico, o autocontrolo, deixar de fumar, controlar o peso, TA. e o colesterol
- ✓ Sem a sua colaboração, participação e responsabilidade, não é possível controlar a sua diabetes, por isso é essencial seguir os conselhos dados por toda a equipa de saúde. O próprio diabético é o elemento principal da equipa de saúde
- ✓ Fale abertamente com os profissionais de saúde sobre as suas dúvidas, medos e dificuldades em cumprir o plano de tratamento, em conjunto, vão encontrar soluções adequadas á sua situação