



Cumplimiento del uso de medicamentos: ¿cuál es el mejor método?

Una de las medidas más importantes que puede adoptar para controlar el nivel de azúcar en la sangre es tomar los medicamentos para la diabetes de acuerdo con las indicaciones del médico.

Si no toma los medicamentos para la diabetes de acuerdo con las indicaciones del médico:

- Los medicamentos no tendrán el efecto esperado.
- El nivel de azúcar en la sangre puede aumentar.
- Puede correr el riesgo de sufrir graves complicaciones de salud.
- El nivel de azúcar en la sangre puede ser difícil de controlar.



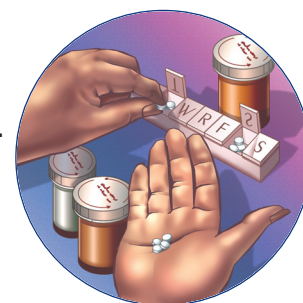
Tomar más de un medicamento diariamente en diferentes horarios puede resultar difícil.

La clave es crear una rutina que se adapte a su vida:

- Los alimentos y el horario en que se ingieren influyen en la forma en que actúan los medicamentos. Consulte a su médico sobre la posibilidad de establecer una rutina para tomarlos.
- Es posible que la rutina para tomar los medicamentos deba sincronizarse de acuerdo con las comidas, refrigerios y la actividad física.
- Consulte a su médico si existe algún medicamento disponible que sea adecuado en su caso y le permita reducir la cantidad de medicamentos que debe tomar. El médico es la única persona que puede decidirlo.

Si olvida las dosis con frecuencia:

- Utilice un pastillero con los días de la semana y llévelo cuando salga de su casa.
- Use un reloj con alarma. Deje una nota recordatoria en el espejo del baño o en el refrigerador.
- Deje los medicamentos en un lugar donde los vea todos los días.



Si olvida renovar sus medicamentos a tiempo:

- Coloque una nota en el almanaque que indique "Renovar el [fecha]". Elija una fecha que sea aproximadamente una semana antes de que el medicamento se acabe.
- Asegúrese de tener las recetas suficientes hasta la próxima visita al médico.
- Solicítele al farmacéutico que le envíe recordatorios para renovar las recetas.

“¿Por qué debo tomar todos estos medicamentos si me siento bien?”

Es posible que se sienta bien un día porque el alto nivel de azúcar en la sangre no siempre provoca síntomas. Sin embargo, debe tomar los medicamentos todos los días para evitar graves problemas de salud en el futuro.