

El uso de un medidor de glucosa

How to Use a Glucose Meter

A glucose meter is used to check your blood glucose or blood sugar level. This is needed to help you manage your diabetes. There are many brands of meters. Your nurse or pharmacist can help you learn about your meter.

To get the most accurate results, be sure you:

- Wash your hands well before testing.
- Use the brand of test strips for your meter.
- Store your test strips as recommended.

Follow these steps to check your blood sugar with a meter:

Getting Ready

1. Wash your hands with warm water and soap for at least 15 seconds, rinse with warm water, and dry with a towel.
2. Get your supplies:
 - Your meter
 - Test strips
 - Lancing device
 - Needle, often called a lancet
3. Open the lancing device and put a needle in. Take the cap off the needle. Do not touch the needle.
4. Put the cover back on the lancing device. Set the spring on the device so it is ready to be used to stick you.
5. Get a test strip out of the bottle or package. Put the cap back on the bottle.

Se usa un medidor de glucosa para controlar el nivel de glucosa o de azúcar en la sangre. Esto es necesario para ayudarlo a controlar la diabetes. Hay muchas marcas de medidores. Su enfermera o farmacéutico puede ayudarlo a aprender a usar su medidor.

Para obtener los resultados más precisos, asegúrese de:

- lavarse bien las manos antes de realizar la medición;
- usar la marca de tiras de prueba para su medidor;
- almacenar las tiras de prueba según lo recomendado.

Siga estos pasos para controlar el nivel de azúcar en la sangre con un medidor:

Preparación

1. Lávese las manos con agua tibia y jabón durante al menos 15 segundos, luego enjuáguelas con agua tibia y séquelas con una toalla.
2. Junte los suministros:
 - el medidor;
 - las tiras reactivas;
 - el dispositivo para punción;
 - aguja, con frecuencia llamada lanceta.
3. Abra el dispositivo para punción y coloque la aguja. Saque la tapa de la aguja. No toque la aguja.
4. Vuelva a colocar la tapa del dispositivo para punción. Ajuste el resorte del dispositivo, de manera que esté listo para el pinchazo.
5. Saque una tira reactiva del envase o el paquete. Tape el envase.

6. Put the strip in the meter. This will turn the meter on.
 7. Match the code on your meter screen with the code for your test strips.
 - The code is printed on the test strip bottle or package.
 - If your meter has the code built into the strips, go to the next step.
 8. When the test strip symbol flashes on the screen, the meter is ready for a drop of blood.
6. Coloque la tira en el medidor. Esto encenderá el medidor.
 7. Haga coincidir el código de la pantalla del medidor con el código para las tiras reactivas.
 - El código está impreso en el envase o paquete de tiras reactivas.
 - Si su medidor tiene el código incorporado en las tiras, vaya al paso siguiente.
 8. Cuando el símbolo de la tira reactiva parpadee en la pantalla, el medidor está listo para medir una gota de sangre.

Checking Your Blood Sugar

1. Pick up the lancing device and put it against the side of one of your fingers.
2. Push the button on the device to release the needle. You will feel the needle stick. Set the device down.
3. Squeeze your finger at its base to get a large drop of blood.
4. Based on the type of test strip you use:
 - Touch the end of the test strip to the drop of blood.
 - Put the blood drop on the test area of the strip.
5. Be sure that the test area on the strip fills completely with blood.
6. The meter will time the test and then your blood sugar number will show on the screen.
7. Write your blood sugar number in your log book or blood sugar diary.

Control del nivel de azúcar en la sangre

1. Tome el dispositivo para punción y apóyelo contra el costado de uno de los dedos.
2. Presione el botón del dispositivo para liberar la aguja. Sentirá que ella se clava. Deje a un lado el dispositivo.
3. Apriétese el dedo en la base para obtener una gota de sangre grande.
4. Según el tipo de tira reactiva que use:
 - toque el extremo de la tira reactiva con la gota de sangre;
 - coloque la gota de sangre en el área de prueba de la tira.
5. Asegúrese de que el área de prueba de la tira se llene completamente con sangre.
6. El medidor cronometrará el examen y luego aparecerá en la pantalla el número de su nivel de azúcar en la sangre.
7. Escriba este número en su cuaderno de registros o diario del nivel de azúcar en la sangre.

Cleaning Up the Supplies

1. Remove the test strip and throw it away in your trash.
2. Remove the needle from the device. Throw the needle into a puncture proof container with a lid such as an old bleach or detergent bottle.
3. Put your supplies away. Store the needle container away from children and pets.
4. Wash your hands again with water and soap.

Talk to your doctor, nurse, diabetes educator or pharmacist if you have questions about your meter and doing your glucose testing.

Limpieza de los suministros

1. Retire la tira reactiva y descártela.
2. Retire la aguja del dispositivo. Coloque la aguja en un recipiente a prueba de perforaciones con tapa, como por ejemplo, una botella antigua de blanqueador o detergente.
3. Guarde los suministros. Almacene el recipiente para agujas lejos de los niños y las mascotas.
4. Vuelva a lavarse las manos con agua y jabón.

Hable con su médico, enfermera, educador de diabetes o farmacéutico si tiene preguntas acerca de su medidor y de cómo medir su nivel de glucosa.