



Lista de control de vacaciones para diabéticos en tratamiento con insulina

Necesidades elementales:

- Provisión suficiente de insulina (conservar en su envase original y transportar y almacenar de acuerdo con las instrucciones del fabricante)
- Medidor de glucemia y dispositivo de punción, así como suficientes accesorios como tiras reactivas, lancetas y baterías de repuesto (baterías de marca) para el medidor (también para el medidor de repuesto)
- Tiras reactivas para cuerpos cetónicos y pauta para el tratamiento de la cetoacidosis
- Suficiente glucosa para emergencias
- Nevera portátil para la insulina y las tiras reactivas de glucemia
- "Certificado médico/Medical Certificate" para acreditar sus necesidades por la diabetes (emitido por el médico)
- Tarjeta de diabético en inglés o en el idioma nacional del destino de sus vacaciones, incluida la dirección personal
- Plan de tratamiento (dosis de insulina y factores de corrección)
- Por si acaso, kit de glucagón (en caso de propensión a hipoglucemias graves)
- Diario del diabético
- Dirección y número de teléfono del equipo de atención para la diabetes y/o del seguro médico del viaje
- Instrucciones de uso de los productos para futura referencia

Además, es importante para los usuarios de plumas de insulina:

- Pluma(s) de insulina, también de repuesto
- Suficientes agujas para la pluma

Además, es importante para el tratamiento con bomba de insulina:

- Su propia bomba de insulina (y, por si acaso, una bomba de vacaciones o de repuesto) – La bomba de vacaciones mylife™ YpsoPump® debe solicitarse con la suficiente antelación, preferiblemente unas 3 semanas antes de que comiencen sus vacaciones
- Accesorios como baterías (de marca), cartuchos vacíos
- Suficientes kits de infusión (nota: posible aumento de las necesidades en vacaciones en el mar)
- Desinfectante para el lugar de punción (nota: no utilizar productos reengrasantes)
- Jeringas desechables para emergencias
- Por si acaso, pluma de insulina y agujas para pluma de repuesto
- Sistemas de transporte
- Por si acaso, apósitos adicionales para asegurar el kit de infusión
- Copia impresa de los ajustes de la bomba (tasas basales, relación insulina-hidratos de carbono, factores de corrección, etc.)

Si está prevista una pausa en el uso de la bomba de insulina:

- Plan de tratamiento
- Plumitas de insulina distinguibles para insulina de bolo y basal, y agujas para la pluma
- Insulina (basal y de bolo)



Consejo: Mejor llévese mucho de todo que demasiado poco y haga sus pedidos postales con la suficiente antelación.