

定期看醫師

您的醫師應該做什麼？

您的醫師可以協助您降低出現健康問題的風險。根據需要，請至少每 6 個月一次或以更高的頻率，去門診或透過遠端醫療看醫師。

您的醫師將幫助您：

- 控制您的 A1C、血壓與膽固醇：
 - **A1C**：目標值通常在 7 左右，或是醫師給您設定的數值水準。
 - **血壓**：目標通常是低於 140/90。
 - **膽固醇**：目標是低密度脂蛋白 (LDL) 膽固醇較低。
- 做尿檢以查看是否有腎臟疾病。
- 進行足部檢查，以查看是否有感覺上的變化及任何瘡瘍。
- 每年檢查一次眼睛。
- 接種流行性感冒 (流感) 與肺炎疫苗。



您應該和您的醫師談些什麼？

在任何一次就診時，您都可以諮詢以下一些問題：



我是否應該在家檢測血糖？
這可以幫助您瞭解如何達成目標。



如果我忘了服藥，該怎麼辦？
這很重要，因為忘記服藥時有發生。您的醫師可能不希望您等到下次服藥時間才服藥。



我該如何處理性生活問題？
這些問題可能與您的糖尿病相關。



為降低出現心臟病和中風等健康問題的機率，我還能做些什麼？
糖尿病患者出現這些問題的風險更高。



如果我在用藥時遇到問題應該怎麼辦？
如果您對您的藥物有疑問或顧慮，擔心它們的副作用，忘記服藥或者藥物太貴，您的醫師可能會有解決辦法。