

Vaya al médico con regularidad

¿QUÉ DEBE HACER EL MÉDICO?

Su médico puede ayudarlo a reducir el riesgo de tener afecciones. Programe una consulta médica presencial o virtual al menos cada seis meses, o con mayor frecuencia, según sea necesario.

SU MÉDICO LO AYUDARÁ A:

- Controlar el nivel de A1C, la presión arterial y el colesterol:
 - **A1C:** El objetivo es, por lo general, mantener un nivel de alrededor de 7 %, o el número que le indique el médico.
 - **Presión arterial:** El objetivo suele ser mantener un nivel inferior a 140/90.
 - **Colesterol:** El objetivo es reducir el colesterol LDL.
- Analizar su orina para detectar enfermedades del riñón.
- Examinarle los pies para comprobar si hay cambios en la sensibilidad y llagas.
- Hacerle un examen de la vista una vez al año.
- Vacunarlo contra la influenza (gripe) y la neumonía.



¿QUÉ DEBE CONSULTARLE AL MÉDICO?

En cualquier consulta médica, puede hacerle algunas de estas preguntas:



¿Debo controlarme el nivel de azúcar en la sangre en casa?
Esto puede ayudarlo a aprender cómo alcanzar sus objetivos.



¿Qué debo hacer si me olvido de tomar los medicamentos?
Esta pregunta es importante porque estos olvidos suelen ocurrir. Es posible que el médico no quiera que espere hasta la próxima dosis.



¿Cómo se pueden tratar los problemas sexuales?
Estos pueden estar relacionados con la diabetes.



¿Qué debo hacer si tengo problemas con mis medicamentos?
Si tiene problemas o preocupaciones sobre sus medicamentos, le preocupan los efectos secundarios, olvida tomarlos o le resultan demasiado costosos, su médico puede tener una solución.



¿Qué más puedo hacer para reducir las probabilidades de tener afecciones como enfermedades del corazón y accidentes cerebrovasculares?
Las personas con diabetes tienen un mayor riesgo de tener estos problemas.