

# Cuidado Rutinario para la Diabetes

*Mucha gente evita ir al medico.*

*¡Pero, en cuanto aprenda que tiene diabetes, es importante que visite su medico regularmente!*

Aqui hay un horario basico para las visitas medicas del diabetes. Su proveedor puede verlo(a) en un horario diferente según sus necesidades.

## Una vez al año, visite su proveedor de salud para:

- ⇒ La prueba de colesterol
- ⇒ La prueba de triglicéridos (tipo de grasa en la sangre)
- ⇒ Un examen de los pies completo
- ⇒ Una prueba de orine y sangre para comprobar si hay problemas renales
- ⇒ La vacuna contra la gripe

## Una vez al año, tambien deberias de tener:

- ⇒ Un **examen dental** para revisar sus dientes y encías (díglele al dentista que tiene diabetes)
- ⇒ Una **examen de los ojos con dilatacion** para detectar problemas oculares relacionados con la diabetes (díglele al oftalmólogo que tiene diabetes)
- ⇒ Un **examen completo de los pies** para verificar si hay daños nerviosos y arteriales relacionados con su diabetes (díglele al podólogo que tiene diabetes)

## Al menos dos veces al año, tenga estos revisados:

- ⇒ A1C
- ⇒ Peso
- ⇒ Presion arterial
- ⇒ Plan de cuidado personal

## Al menos una vez, tambien deberia de tener:

- ⇒ La vacuna contra la neumonía
- ⇒ La vacuna contra la hepatitis B