

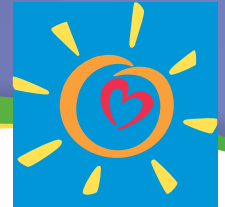
## ¡Hable con su médico acerca de la diabetes!

Siga estos consejos para prepararse para su próxima visita al médico.

- ✓ **Escriba sus preguntas.** Su médico está aquí para ayudarle. No tenga miedo de hacer preguntas.
- ✓ **Pídale a su médico que le indique sus metas sobre el azúcar en sangre.** Controle su nivel de azúcar en sangre en su hogar con la frecuencia que le indique su médico. Conozca los síntomas de los niveles bajos y altos del azúcar en sangre y elabore un plan para saber qué hacer si este nivel sube o baja demasiado.
- ✓ **Lleve todos sus medicamentos y una lista de sus medicamentos en cada visita.** Asegúrese de escribir qué cantidad toma de cada medicamento y con qué frecuencia lo hace. Lleve su lista en su cartera o billetera en todo momento.
- ✓ **Llame a su médico si tiene preguntas.** Si llega a su hogar y tiene más preguntas, llame al consultorio de su médico y pida hablar con alguien que pueda ayudarle.
- ✓ **Pregúntele a su médico qué análisis necesita.** Conozca los resultados y su significado.

Pruebas/exámenes	Cada visita	3 a 6 meses	1 vez al año	¿Lo completo?
Presión arterial	✓			
A1C		✓		
Colesterol			✓	
Examen de los pies	✓			
Examen de los riñones			✓	
Examen de los ojos			✓	

Al dorso encontrará ejemplos de preguntas para hacerle a su médico.



## Ejemplos de preguntas para hacerle a su médico

- ¿Qué es la diabetes?
- ¿Qué la produce? ¿Existe una cura?
- ¿Cuándo debo medir mi nivel de azúcar en sangre?
- ¿Cuál es mi meta sobre el azúcar en sangre?
- ¿Cuándo debo tomar mis medicamentos?
- ¿Tienen efectos secundarios los medicamentos?
- ¿Qué tipo de ejercicios puedo hacer?
- ¿Tiene materiales de educación de la salud sobre la diabetes?
- ¿Debo colocarme la vacuna contra la gripe?
- ¿Debo colocarme la vacuna contra la neumonía?
- ¿Necesito una referencia a un especialista?
- ¿Cuándo es mi próxima visita?

## ¿Qué debo preguntarle a mi médico?

Escriba sus preguntas a continuación y lleve esta hoja con usted cuando consulte a su médico.

- 1 \_\_\_\_\_
- 2 \_\_\_\_\_
- 3 \_\_\_\_\_
- 4 \_\_\_\_\_
- 5 \_\_\_\_\_

Llame a L.A. Care si tiene preguntas acerca de la diabetes.

Línea de Recursos sobre la diabetes **1-877-796-5878** | Lunes a viernes de 8 a. m. a 4 p. m.  
(TTY **1-888-448-6894**) Línea de Enfermería de L.A. Care atendida las 24 horas **1-800-249-3619**

[diabetesdm@lacare.org](mailto:diabetesdm@lacare.org)