

Exámenes para la diabetes que debe recordar



L.A. Cares About Diabetes®

EXAMEN/ANÁLISIS	POR QUÉ	FRECUENCIA / NÚMEROS META
 Automedición del nivel de azúcar en la sangre	Los ayuda a usted y a su médico a planificar el tratamiento adecuado. Lo ayuda a usted a tomar decisiones a diario acerca de sus alimentos, sus medicamentos y el ejercicio que hace.	<ul style="list-style-type: none"> • Entre una y seis veces al día • En ayunas y antes de las comidas: 70 a 130 mg/dl • Entre una y dos horas después de las comidas: menos de 180 • Pregunte a su médico si estos son los números ideales para usted.
 A1C	Mide los niveles de azúcar en la sangre en los últimos tres meses.	<ul style="list-style-type: none"> • Cada 3 a 6 meses • Menos del 7% para adultos • Menos del 8% para mayores de 80 años
 Examen de los ojos	Se revisan los ojos para detectar determinados problemas como cataratas, glaucoma, y daño al fondo del ojo. Este examen lo realizará un especialista en ojos.	Una vez al año
 Colesterol	Mide la sustancia que bloquea el flujo de sangre hacia las arterias. El colesterol malo (LDL) puede llevar a problemas con el corazón.	<ul style="list-style-type: none"> • Una vez al año • LDL menor a 100
 Presión arterial	La presión arterial alta puede causar problemas en los órganos (los riñones, los ojos, el corazón).	<ul style="list-style-type: none"> • Cada visita al médico • Menos de 140/90
 Examen de riñón	Mide la cantidad de proteína en la orina. Le informa a su médico qué tan bien están funcionando los riñones.	Una vez al año
 Examen de los pies	Le informa a su médico si los nervios de los pies están saludables.	Una vez al año
 Examen dental	Se revisan los dientes, las encías y la boca para detectar si hay problemas.	Dos veces al año

Su médico también podría hacerle un examen de detección de depresión y darle vacunas anualmente.

Si tiene preguntas o desea comunicarse con una enfermera para hablar sobre su diabetes, llame a la Línea de L.A. Cares About Diabetes® al 1.877.796.5878 (TTY 711) lunes a viernes, 8 a.m. a 4 p.m. También puede comunicarse durante las 24 horas con la Línea de Enfermería para obtener sin costo consejos de salud, llame al 1.800.249.3619 (TTY 711), los 7 días de la semana.