

Consulta regolarmente il medico

COSA DEVE FARE IL TUO MEDICO?

Il tuo medico può aiutarti a ridurre il rischio di incorrere in problemi di salute. Rivolgiti al medico per una visita in ambulatorio o a distanza (telemedicina) almeno ogni sei mesi, o anche più spesso, se necessario.

IL MEDICO TI AIUTERÀ A:

- Gestire i valori di emoglobina glicata, pressione arteriosa e colesterolo:
 - **Emoglobina glicata:** il valore ideale è circa 7 o comunque il valore indicato dal medico.
 - **Pressione arteriosa:** il valore ideale in genere è inferiore a 140/90.
 - **Colesterolo:** cerca di mantenere un basso livello colesterolo LDL.
- Effettuare un'analisi delle urine per individuare l'eventuale presenza di patologie renali.
- Effettuare un esame del piede per individuare un'eventuale perdita di sensibilità o la presenza di piaghe.
- Effettuare visite oculistiche con cadenza annuale.
- Effettuare le vaccinazioni contro l'influenza e la polmonite.



QUALI DOMANDE RIVOLGERE AL MEDICO?

A ogni visita, puoi rivolgere alcune di queste domande:



Devo controllare la glicemia a casa?
Il test potrebbe aiutarti a capire come tenere la glicemia sotto controllo.



Cosa devo fare se dimentico di prendere i farmaci prescritti?
Si tratta di una domanda particolarmente importante, perché può capitare a tutti di avere questo problema. In questo caso, il medico potrebbe ordinarti di assumere subito la dose successiva senza attendere.



Cosa devo fare se ho problemi di natura sessuale?
Potrebbero essere correlati al diabete.



Cosa devo fare in caso di problemi con i farmaci?
Se hai problemi o dubbi in merito, preoccupazioni relative a eventuali effetti collaterali, se dimentichi di assumerli o costano troppo, il tuo medico potrebbe avere una soluzione che fa al caso tuo.



Cosa posso fare per ridurre la probabilità di sviluppare problemi di salute come ictus e cardiopatie?
Le persone diabetiche tendono a essere più soggette a questo tipo di problemi.