

¡Controlaré mi diabetes con el apoyo de los profesionales de la salud!



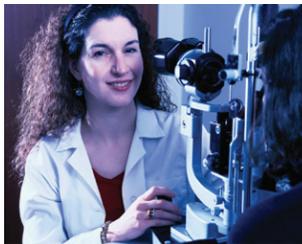
Hablaré con mi farmacéutico

- ✓ Le daré una lista con los nombres de todas mis medicinas, cuándo me las tomo y cuánto tomo de cada una de ellas. La lista incluirá todas las vitaminas, hierbas medicinales y remedios caseros que uso.
- ✓ Le preguntaré si puedo tomar mis remedios caseros y hierbas medicinales con los medicamentos que mi médico me recetó.
- ✓ Revisaré la lista por lo menos una vez al año y la compartiré con mi médico.



Visitaré a mi médico o podiatra

- ✓ Cada año, le pediré que me haga un examen completo de los pies y le pediré que me examinen los pies en cada visita médica.
- ✓ Me revisaré los pies todos los días para ver si tengo cortaduras, ampollas, llagas, manchas rojas, hinchazón, y uñas infectadas.
- ✓ Usaré zapatos que me queden bien y me protejan los pies.



Visitaré a mi especialista de ojos

- ✓ Cada año, le preguntaré si necesito un examen de la vista que incluya dilatación de la pupila.
- ✓ Le pediré que revise mis lentes para asegurarme que son los que más me convienen.
- ✓ Le preguntaré qué puedo hacer si tengo cambios de la vista.



Visitaré a mi dentista

- ✓ Iré por lo menos una vez al año y le diré que tengo diabetes.
- ✓ Le preguntaré cómo debo cepillarme los dientes y cómo debo usar el hilo dental.
- ✓ Le preguntaré cuáles son las señales tempranas de problemas en la boca y las encías.

Humana®

PRHJW6DSP



Productos y servicios ofrecidos por Humana Insurance of Puerto Rico, Inc. Licencia # 00187-0009 y/o Humana Health Plans of Puerto Rico, Inc. Licencia # 00235-0008. Humana Insurance of Puerto Rico, Inc. y Humana Health Plans of Puerto Rico, Inc. (“Humana”) cumplen con todas las leyes aplicables de derechos civiles federales y no discriminan por motivos de raza, color de la piel, origen nacional, edad, discapacidad o sexo.

English: ATTENTION: If you speak English, language assistance services free of charge are available to you. Call 1-866-773-5959 (TTY: 711).

Español (Spanish): ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-866-773-5959 (TTY: 711).