

## EXAMEN DE OJO DILATADO

Cuando usted tiene diabetes, los altos niveles de azúcar de sangre pueden dañar los vasos sanguíneos en la retina (capa del nervio en la parte posterior de sus ojos). El daño de la retina sucede lentamente y al principio usted no puede notar ningún cambio. Por esta razón es importante tener un examen de ojo dilatado una vez al año incluso si usted no está teniendo problemas. Una examinación de ojo dilatado en cual el doctor pone gotas en sus ojos para dilatar sus pupilas es la única manera de notar cambios en su retina y de tratarlos antes que se empeoren. Una examinación de ojo dilatado es diferente que una examinación refractiva, que se utiliza para medir problemas con su visión.

Cambios que usted puede ver son puntos flotando o oscuridad casi total. Si usted tiene un cambio repentino en su visión usted necesita informar al doctor del ojo enseguida.

Para prevenir problemas diabéticos de la retina:

- Mantenga su azúcar de sangre como tan cerca de normal como usted puede.
- Mantenga su presión arterial como tan cerca de normal como usted puede. La tensión arterial alta puede también lastimar sus ojos y hacer el problema peor.

Un oftalmólogo es un médico que puede examinar sus ojos. Para encontrar a un médico del ojo en su red preferida de doctores, usted puede llamar a TML IEBP al (800) 282-5385.

Más información está disponible en:

National Diabetes Information Clearinghouse  
1 Information Way  
Bethesda, MD 20892-3560  
Teléfono: (800) 860-8747  
[www.diabetes.niddk.nih.gov](http://www.diabetes.niddk.nih.gov)

National Diabetes Education Program  
One Diabetes Way  
Bethesda, MD 20814-9692  
Teléfono: (800) 438-5383  
[www.ndep@info.nih.gov](mailto:www.ndep@info.nih.gov)

American Diabetes Association  
1701 North Beauregard Street  
Alexandria, VA 22311  
Teléfono: (800) 343-2383  
[www.diabetes.org](http://www.diabetes.org)

*Source: American Diabetes Association*

### HEALTHY INITIATIVES

TML IEBP Medical Management, PO Box 141039, Austin, Texas 78714-1039  
(512) 719-6571 (800) 847-1213 Fax: (512) 719-658