

Môj ročný plán kontrol pri cukrovke 2026



Cukrovka neovplyvňuje len hladinu cukru v krvi.

Ak je glukóza dlhodobo zvýšená, môže postupne poškodzovať drobné cievy aj ďalšie tkanivá v rôznych častiach tela.

Preto sa starostlivosť o diabetika nekončí u diabetológa.

Pravidelné kontroly u očného lekára, všeobecného lekára, stomatológa, kardiológa či ďalších odporúčaných špecialistov pomáhajú odhaliť prípadné komplikácie včas a začať s ich liečbou ešte skôr, ako spôsobia zdravotné problémy.

Pomocou tejto tabuľky si môžeš jednoducho zaznamenať absolvované kontroly aj termíny tých nasledujúcich.

Vyšetrenie	Posledná kontrola	Ďalšia kontrola	Poznámka po vyšetrení (hodnoty glykovaného hemoglobínu, krvného tlaku, LDL cholesterolu...)
Diabetológ			
Očný lekár (oftalmológ)			
Všeobecný lekár			
Stomatológ			
Iné odporúčané vyšetrenia			

Diabetická retinopatia

Diabetická retinopatia patrí medzi časté komplikácie cukrovky.

Vzniká v dôsledku dlhodobo zvýšenej hladiny glukózy v krvi, ktorá postupne poškodzuje drobné cievy v sietnici oka.

Ochorenie sa často rozvíja celé roky bez výrazných príznakov a človek môže dlho vidieť úplne normálne. Práve preto sú pravidelné kontroly u očného lekára dôležité.

Priprav sa na očné vyšetrenie

Pred vyšetrením si priprav informácie, ktoré budú pre očného lekára dôležité. Zaškrŕavacie políčka nižšie slúžia ako praktická pomôcka — označ tvrdenia, ktoré platia. Ak ti niektoré informácie chýbajú, nezabudni si ich dohľadať a zapísať do poznámok.

Všimol/a si si zmenu videnia?

- ☐ Áno ?
- ☐ Nie ?
- ☐ Viem, ako dlho mám cukrovku ?
- ☐ Poznám hodnotu posledného glykovaného hemoglobínu (HbA1c) ?
- ☐ Mám zoznam liekov, ktoré užívam ?
- ☐ Nosím okuliare alebo kontaktné šošovky ?
- ☐ Zapísal/a som si otázky, ktoré sa chcem opýtať ?



Priestor na poznámky:
