

توصیه های لازم برای بیماران مبتلا به دیابت



بیمارستان فوق تخصصی شهید محلاتی تبریز
مرکز پیشگیری و ارتقاء سلامت



* تمام سطوح پاها و دست ها خصوصا لای انگشتان را تمیز نگهدارید.
* در منزل از دمپایی استفاده نمائید.
* در صورت برخورد اجسام نوک تیز و برنده به پاها و دست ها حتما به پزشک مراجعه نمائید.
* به صورت دوره ای با متخصص مربوطه مشاوره کرده و در خصوص سلامت دست ها و پاها اطمینان حاصل نمائید.
* به یاد داشته باشید که فرزندانان می توانند دیابت بدون علامت داشته باشند بنابراین در صورت مشکوک شدن حتما به پزشک معالج مراجعه نمائید.



* در صورت بروز هر کدام از علائم زیر فوراً به پزشک مراجعه نمائید.

۱ - تپش قلب (افزایش ضربان قلب)

۲ - تعریق سرد

۳ - تحریک پذیری

۴ - خواب آلودگی

* از دست ها و پاهای خود مراقبت جدی کنید چرا که یکی از اعضای مورد حمله دیابت میباشند.

* ناخن های دست و پا را طوری کوتاه نمائید که به بافت آسیبی نرسد.



اگر خودتان یا یکی از اطرافیانتان

دچار علائم زیر شدید حتماً با

پزشک مشورت نمائید:

۱- احساس تشنگی مفرط و نوشیدن آب

زیاد

۲- ادرار مکرر و با حجم فراوان

۳- کاهش وزن در زمان کم

۴- پر خوری زیاد

۵- سابقه بیماری دیابت در فامیل

درجه یک

۶- چاقی بیش از حد



اگر بیماری قند اثبات شده دارید

به موارد زیر توجه نمائید:

* حتماً داروهای کاهنده قند خون خود

اعم از قرص یا انسولین را به موقع و

طبق دستور مصرف نمائید.



آیا می دانید که ...

* دیابت (بیماری قند) یکی از بیماری های شایع در کشور ما می باشد.

* انتقال آن مربوط به ارث نیز می باشد.

* بسیاری از عوارض آن قابل کنترل می باشند.

* دیابت یکی از بیماریهایی است که ارتباط مستقیم با رژیم غذایی دارد.

