

Vai tev pēdējā gada laikā ir noteikts glikozes līmenis asinīs?

Pasaulē aptuveni katram otrajam cilvēkam, kuram ir cukura diabēts, tas nav diagnosticēts.

Glikozes līmeņa noteikšana var palīdzēt savlaicīgi diagnosticēt cukura diabētu, novēršot dzīvībai bīstamu komplikāciju rašanos.



ATPAZĪSTI CUKURA DIABĒTA SIMPTOMUS!



Bieža urinācija



Roku un kāju
tirpšana



Izteiktas slāpes
un sausa mute



Izteikts nogurums
un enerģijas
trūkums



Redzes
pasliktināšanās,
neskaidra redze



Pastiprināts
izsalkums



Lēna brūču
dzīšana



Neizskaidrojams
svara zudums

Vismaz astoņus no desmit 2.tipa cukura diabēta gadījumiem ir iespējams novērst, veicot vairāk rūpju un uzmanības savai veselībai.

- Regulāri nodarbojies ar fiziskajām aktivitātēm;
- Lieto veselīgu un sabalansētu uzturu;
- Dodies uz profilaktiskajām veselības pārbaudēm ne retāk kā reizi gadā;
- Saki "Nē!" kaitīgiem ieradumiem.



Noskenē QR kodu!

Pasaules diabēta diena

