

توصیه های بعد از ترخیص بیماران دیابتی

نکات مهم:

- ۱- در مورد رژیم غذایی و وضعیت تغذیه در حالت های قند خون بالا و قند خون پایین اطلاع داشته باشید.
- ۲- زمان و چگونگی مصرف دارو ها را آموزش دیده باشید.
- ۳- از در دسترس بودن انسولین و لوازم آزمایش قند خون اطمینان حاصل کنید.
- ۴- علائم مربوط به افت قند خون را بدانید.
- ۵- از نوع فعالیت های بدنی مورد نیاز اطلاع داشته باشید.
- ۶- از نحوه مراقبت از پاهای خود آگاه باشید.
- ۷- از نحوه مراقبت و شستشوی پای دیابتی اطلاع داشته باشید.
- ۸- باید در مورد نحوه صحیح کوتاه کردن ناخن ها اطلاع داشته باشید.
- ۹- در مورد کفش مناسب پایتان آگاه باشید.
- ۱۰- در مورد آسیب هایی که دیابت به بدنتان می زند (کلیه، چشم، قلب، پوست) اطلاع داشته باشید.
- ۱۱- باید برنامه مراجعه منظم به پزشک جهت معاینات لازم داشته باشید.