



BỆNH TIỂU ĐƯỜNG



Đái tháo đường, còn gọi là bệnh tiểu đường là khi số lượng đường ở trong máu của bệnh nhân tăng cao và thường được chữa trị bằng nhiều phương thuốc khác nhau.

Bệnh tiểu đường có thể xảy ra ở bất cứ độ tuổi nào



Các triệu chứng thường gặp ở người có lượng đường trong máu cao

- Đi tiểu nhiều và thường xuyên
- Khát nước và đói nhiều hơn
- Thị lực giảm
- Chân tay tê

CÁC TRIỆU CHỨNG THƯỜNG GẶP Ở NGƯỜI CÓ LƯỢNG ĐƯỜNG TRONG MÁU THẤP

- Chảy mồ hôi nhiều
- Chân tay run rẩy
- Đói
- Lẫn lộn
- Lo âu
- Suy nhược

Nếu bạn có những triệu chứng kể tên, hãy kiểm tra lượng đường trong máu ngay lập tức

Bạn có thể ăn nhẹ để tăng lượng đường trong máu lên mức bình thường (>70mg/dL)

Nếu bạn mắc chứng tiểu đường hoặc muốn giảm nguy cơ tiểu đường, hãy làm theo những cách sau:

- Kiểm soát cân nặng
- Vận động thường xuyên 150 phút 1 tuần
- Kiểm tra lượng đường trong máu thường xuyên với máy thử đường
- Uống thuốc thường xuyên và đúng giờ để ngăn ngừa



Bệnh tiểu đường sẽ tăng nguy cơ gây bệnh nguy hiểm từ bệnh Covid-19.

Cách để bảo vệ quý vị khỏi bệnh Covid-19:

- Sử dụng máy đo đường huyết để hạn chế nguy cơ tiếp xúc với bệnh Covid-19 bằng cách giảm tương tác giữa bạn và nhà cung cấp của bạn.
- Tiêm vắc-xin COVID-19 nếu có tại quận của bạn.



**COVID-19 VACCINE & DISEASE
STATE INFOGRAPHICS:**

**Text (402) 732-2627 to learn
more about the COVID-19
vaccine.**

[HTTPS://TINYURL.COM/AMCPHEALTHHELPER](https://tinyurl.com/AMCPHEALTHHELPER)

SCAN ME