

糖尿病



糖尿病是一种在血液中有高血糖的疾病，很多时候许多药物都可以治疗糖尿病。

糖尿病会影响不同年龄的人群



高血糖有许多常见症状

- 容易尿频
- 容易感到口渴和饥饿
- 视线模糊
- 手脚刺痛

低血糖的症状有

- 容易出汗
- 发抖
- 饥饿
- 迷惑
- 焦虑
- 晕厥

如果您有以上症状，请立即检测您的血糖。

您也可以吃一些食物让血糖上升到正常值
(**>70mg/dL**)

如果您有糖尿病或者您想降低您患糖尿病的风险，您可以

- 控制您的体重
- 每个星期适量运动**150** 分钟
- 定期使用血糖仪测血糖
- 定期和及时服用降血糖的药物来避免血糖的不稳定



糖尿病可能会增加因新冠肺炎引发严重疾病的风险

预防新冠肺炎的一些提示：

- 请使用血糖仪定时检测您的血糖以减少您看医生的次数而降低新冠传播的风险。
- 请在疫苗在您所住县供应时及时注射疫苗。



COVID-19 VACCINE & DISEASE
STATE INFOGRAPHICS:

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

请发短信到 **(402) 732-2627** 了解更多关于新冠肺炎的资讯

SCAN ME