دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی نیشابور

به گزارش روابط عمومی معاونت بهداشت کلاس آموزشی ویژه کارکنان شرکت اگزوز خودرو خراسان به مناسبت هفته ملی دیابت، کلاس آموزشی با موضوع «پیشگیری از ابتلا به دیابت و عوارض آن» برگزار شد.

کارشناس مسئول گروه پیشگیری و کنترل بیماری‌های غیرواگیر معاونت بهداشت با تأکید بر اهمیت تشخیص زودهنگام دیابت گفت: شناسایی به‌موقع افراد مبتلا به دیابت و افراد در معرض خطر، نقش مهمی در پیشگیری از عوارض بیماری و ارتقای کیفیت زندگی دارد.

تهمینه آگاه بیان کرد: افراد بالای ۳۰ سال، حتی در صورت نداشتن علائم مشخص بیماری، لازم است از نظر ابتلا به دیابت و پیش‌دیابت مورد ارزیابی و غربالگری قرار گیرند. اندازه‌گیری قند خون ناشتا و انجام آزمایش‌های مورد نیاز با نظر پزشک یا مراقب سلامت، می‌تواند به شناسایی زودهنگام اختلالات قند خون کمک کند. چرا که دیابت نوع ۲

1 / 2

Phoca PDF

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی نیشابور

ممکن است سال‌ها بدون علامت پیشرفت کند و در صورت تشخیص دیرهنگام، عوارض جدی به دنبال داشته باشد.

وی با اشاره به اهمیت اصلاح سبک زندگی و عوارض دیابت کنترل‌نشده از جمله بیماری‌های قلبی و عروقی، آسیب‌های کلیوی، اختلالات بینایی و مشکلات عصبی افزود: داشتن تغذیه سالم، فعالیت بدنی منظم، کنترل وزن و کاهش مصرف مواد غذایی پر از قند، نمک و چربی، بر ضرورت پیگیری وضعیت سلامت و مراجعه منظم به مراکز خدمات جامع سلامت می تواند کمک کننده باشد.

2 / 2

Phoca PDF