SydKurdiska-Sorani

ڕێژەی کەمیی شەکری خوێن

پەرەسەندنی خێرا (ڕێژەی شەکری خوێن لە ژێر ٣,٥ - ٤,٠ l/mmol)

نیشانەکان:

- ئارەقکردن، سەرئێشە، سەرەگێژە
- هەست بە برسیبوون
- لەرزە
- دڵەڕاوکە
- کەمبوونی سەرنجدان
- زوێریی، تووڕەیی
- خەواڵوویی

چارەسەریی:

- لەو کاتانەی کە بە سووکی هەستی پێدەکەی حەبی شەکری ترێ یان کاربۆهیدراتی شلە وەکوو شەربەت یان ئاومیوە بخۆ.
- لە کاتێ کە هەست پێدەکەی کە پەرەسەندنەکە خێرایە یان ئەگەر پاش ١٠ بۆ ١٥ خولەک هەر مابێتەوە دیسان دووبارەی بکەوە یان کاربۆهیدراتی زیاتر بخۆ.

ئەگەر بە تەما نەبی لە ماوەی ٣٠ بۆ ٤٥ خولەکدا هیچ شتی بخۆی ڕەنگە پێویستیت بە سووکە خۆراکێک هەبێ بۆ ئەوەی کە کە دیسان هەستەکەت بۆ نەگەڕێتەوە.

ئەگەر هاتوو کەسەکە نەتوانێ شت قووت بدا نابێ شلەمەنی پێ بدرێ.

- لە کاتی گرژبوونی دەمار یان بێهۆشیدا یەکسەر تەلەفۆن بکە بۆ پزیشک یان نەخۆشخانە!

هۆکارەکان:

- زیادیی ڕێژەی ئینسۆلین
- خواردنی کەم، درەنگی ژەمەخۆراک
- جووڵانەوەی جەستەیی بێ دابینکردنی کاربۆهیدراتی زیادە یان کەمکردنی ژەمی ئینسۆلین
- ئەلکۆهۆل

بەرزیی ڕێژەی شەکری خوێن

ژەهراویبوونی ماددەی کێتۆن

نیشانەکان:

- زیادبوونی تینوێتی
- زیادکردنی ڕێژەی میز
- ماندوویی
- بەرچاو تاریی
- کەمبوونی ئیشتیها
- دڵتێکهەڵهاتن
- ڕشانەوە
- زگئێشە
- هەناسەی دەم بۆنی ماددەی ئاسیتۆن ئەدات
- هەناسەبڕکە

چارەسەریی:

- شەکری خوێن و کیتۆنی خوێن بپێوە
- ئینسۆلین یان ماددەی کاربۆهیدراتی خێرا پێبدە
- داوایی یارمەتی دەرمانی یان سەردانی نەخۆشخانە بکە

هۆکارەکان:

- هەووکردن (چڵککردن)، تا
- کەمبوونی ئینسۆلین
- هەڵەی ڕێژەی نێوان ژەمی خواردن و ئینسۆلین
- هەڵەی گەیاندنی ئینسۆلین لە ڕەیگەی پۆمپی ئینسۆلیندا
- چارەسەریی پزیشکی بە دەرمانی ئاستەنگیی SGLT-2 دەتوانێ ببێتە هۆی نیشاننەدانی کێتائاسیدۆس

پزیشکەکەم یان پەرستیارەکەم *ژمارەی تەلەفۆن*

GlucoMen®
پێوانیکی ئاسان و بەناوەزی شەکری خوێن

بەشی خزمەتگوزاریی کڕیار: ٠٤٠-٣٢ ١٢ ٧٠

www.areo.nu

GlucoMen لە فەیسبووکدا لایک بکە