



بیماران دیابتی در سفرهای نوروزی قند خون خود را کنترل کنند

رییس انجمن دیابت ایران از بیماران مبتلا به دیابت خواست در سفرهای نوروزی، قند خون خود را کنترل کنند و وسایل مورد نیاز برای کنترل بیماری از جمله انسولین یا داروی مصرفی و نیز دستگاه سنجش قند خون را همراه داشته باشند.

سلامت نیوز: رییس انجمن دیابت ایران از بیماران مبتلا به دیابت خواست در سفرهای نوروزی، قند خون خود را کنترل کنند و وسایل مورد نیاز برای کنترل بیماری از جمله انسولین یا داروی مصرفی و نیز دستگاه سنجش قند خون را همراه داشته باشند.

اسدالله رجب روز چهارشنبه در گفت و گو با ایرنا افزود: این بیماران باید ایام نوروز به طور مرتب قند خون خود را اندازه گیری کنند و در خوردن غذاهای مختلف، رژیم غذایی را رعایت کنند.

وی با بیان اینکه زیاده روی در خوردن تنقلات و غذا در سفرهای نوروزی برای بیماران مبتلا به دیابت خطرناک است، اظهار داشت: قند خون این بیماران باید در ایام نوروز در حد طبیعی باشد.

رییس انجمن دیابت ایران به بیماران دیابتی توصیه کرد در ایام نوروز بهتر است به جای مصرف تنقلات از میوه و سبزیجات بیشتری استفاده کنند.

وی افزود: مصرف میوه و سبزیجات، بسیاری از آب و املاح مورد نیاز بدن را تامین می کند و فرد با خوردن این مواد، گرایش کمتری به مصرف تنقلات و انواع شیرینی دارد.

رجب با اشاره به وجود پنج میلیون بیمار مبتلا به دیابت در کشور هشدار داد: دیابت نوع دو در افراد چاق و کسانی که در خوردن تنقلات و شیرینی زیاده روی می کنند، رو به افزایش است.