



بیمارستان فوق تخصصی ساسان
SASAN HOSPITAL

آموزش برای محافظت از فردا

Education To Protect Tomorrow

اعراض هشداردهنده دیابت

۲

کاهش وزن
شدید



۱

فستگی
زیاد



تشنگی
شدید



تکرر
ادرار



۴

۳

تغذیه سالم و به موقع
مهمترین عامل دوری از دیابت

هفته دیابت ۱۱ الی ۱۳ آبان ماه ۱۴۰۱



واحد آموزش به بیمار و ارتقا سلامت
sasanhospital.com
sasan.hospital

WORLD DIABETES DAY
14 NOVEMBER



بیمارستان فوق تخصصی ساسان
SASAN HOSPITAL

آموزش برای محافظت از فردا

Education To Protect Tomorrow

ابور های غلط درباره دیابت |

محصولاتی که گلوکن نداشته باشد میزان کربوهیدرات آن را نیز صفر است

یک قاشق چای خوری از عسل و شکر حاوی مقادیر تقریباً مساوی از کربوهیدرات و قند است و عسل کمی قند بیشتر دارد

علاوه بر قند، کربوهیدرات موجود در خوراکی ها می تواند سطح قند خون را بالا ببرد

مصروف چربی و قند زیاد، با افزایش چربی ذخیره شده در بدن احتمال ابتلا به دیابت نوع ۲ را افزایش می دهد

قند خون تنها تحت تاثیر قند موجود در خوراکی است

محصولات بدون گلوکن می توانند حاوی مقدار زیادی کربوهیدرات باشند که برای مبتلایان به دیابت مضر است

شکلات و تنقلات قند خون کودکان را بالا نمیبرد زیرا کودکان دیابت نمیگیرند

عسل ضرر کمتری نسبت به شکر دارد

خوردن شیرینی زیاد به طور مستقیم باعث دیابت می شود



WORLD DIABETES DAY

14 NOVEMBER

هفته دیابت

۱۳ الی ۱۷ آبان ماه ۱۴۰۱

واحد آموزش به بیمار و ارتقاء سلامت

sasanhospital.com

[sasan.hospital](https://www.instagram.com/sasan.hospital)