

Dyabèt: SWEN KONPLÈ

Dyabèt (maladi sik) se yon maladi ki karakterize avèk yon ogmantasyon nan nivo glikoz (sik) ki nan san an. Se poutèt kò a pwodui swa yon ti kal oswa pa pwodui ensilin, oubyen selil yo pa ka itilize ensilin lan kòm sadwa. Si w pa toujou kenbe nivo glikoz (sik) la nan meyè kontwòl posib konnen w ka vin gen konplikasyon pi devan nan lavi nan sèten kote nan kò w.



Kèk mezi ki gedwa ede w rete byen pòtan gendwa gen ladan:

1. Fè egzamen A1c

- Rekonèt kòm analiz emoglobin glike (A1c oubyen HbA1c), li mezire nivo glikoz ki te nan san w diran twa dènye mwa yo.
- Analiz sa a fèt nan laboratwa.
- Analiz la kite doktè k ap suiv ou a konnen si nivo glikoz ou a byen kontwole epi se tretman ou an ap fonksyone.

2. Fè yon egzamen zye chak lane

- Yon egzamen anyèl espesyalize se yon egzamen kote nou ka wè dèye zye w.
- Se swa yon optometrist oubyen yon oftalmològ ki fè egzamen sa a.
- Dyabèt ki pa kontwole kapab ogmante risk maladi zye ki afekte veso sangen ki nan retin lan oubyen nè optik la. Sa rele retinopati dyabetik.

3. Tcheke ren w

- Fè yon egzamen pipi pou pwoteyin chak lane epi analiz san pou tcheke fonksyon ren ou yo.
- Se ren yo ki netwaye san an, epi dyabèt ki pa kontwole kapab domaje fonksyon ren yo pi devan. Si yo pa fonksyone pi bon pase tout, gen fatra epi likid ki rete nan kò a. Yon depistaj epi tretman bonè kapab ralanti oubyen prevni pwogresyon yon maladi ren.
- Yon depistaj epi tretman bonè kapab ralanti oubyen prevni pwogresyon yon maladi ren.



4. Lòt mezi ou kapab pran

- Mentni yon mòdvi sen gen ladan l'alimantasyon sen epi fè egzèsis.
- Kontwole tansyon ateryèl epi kolestewòl ou yo.
- Sispann fimen oubyen pa kòmanse fimen.
- Tcheke pye w toulèjou epi byen okipe zong ou yo.
- Ale kay doktè k ap suiv ou a omwen yon fwa chak lane pou w fè evalyasyon anyèl. W ap ka pale sou pwogram swen ou an, egzamen prevantif ou yo, epi vaksen ki annatant. Li enpòtan pou w fè suivi pou depistaj pwoblèm bonè, prevni maladi k ap devlope, epi pou gen yon meyè kalite lavi.

Pou ransèyman siplemantè, kominike ak:

1-844-212-9858
(gratis)

711 MMM TTY
(pou moun ki tande di)

Lendi pou vandredi ant 8:00 a.m. jouk 8:00 p.m.

Referans

Tout enfòmasyon sou A1c ou a. (2018, 21 out). Centers for Disease Control and Prevention. Soti nan

<https://www.cdc.gov/diabetes/managing/managing-blood-sugar/a1c.html>

Egzamen zye poutèt dyabèt (n.d.). MedlinePlus. Rekipere jedi 1ye avril 2021, nan <https://medlineplus.gov/ency/patientinstructions/000323.html>

Prevni komplikasyon | Lavi avèk dyabèt | Dyabèt | CDC. (n.d.). Centers for Disease and Prevention (CDC). Rekipere jedi 1ye avril 2021, nan

<https://medlineplus.gov/ency/patientinstructions/000323.html>

Prevni. (2021, 25 fevriye). National Kidney Foundation. <https://www.kidney.org/prevention>

Kisa dyabèt ye ? (2020, 11 out). Centers for Disease Control and Prevention. <https://www.cdc.gov/diabetes/basics/diabetes.html>

MMM of Florida, Inc. konfòm ak lwa sou dwa sivil Federal ki aplikab yo e li pa fè diskriminasyon sou baz ras, koulè, peyi orijin, laj, enfimite oswa sèks. ATANSYON: Si w pale Kreyòl Ayisyen, gen sèvis èd pou lang ki disponib gratis pou ou. Rele 1-844-212-9858, (TTY: 711). MMM of Florida, Inc., complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex. ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-844-212-9858, (TTY: 711). MMM of Florida, Inc., cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-844-212-9858, (TTY: 711). H3293_2021 4010 0025 3_C

