



لجنة مكافحة الأمراض المزمنة
Non - Communicable Disease Committee



world diabetes day
14 November



نوعاً لحياة أفضل

مضاعفات داء السكري



الجلطة

أمراض العين

أمراض القلب

ارتفاع ضغط الدم

أمراض الكلى

ألم في الساق
بسبب ضعف
الدورة الدموية

تقرحات والتهابات
القدم

See all the risk factors at www.worlddiabetesday.org



الوسط
برعاية هيئة المستشفيات



REACTION
ADVANCED DIAGNOSTICS
reaction@gmail.com



sanofi aventis
The new health horizon

العطش الطبي العام
General Medicals LLC



إستراتيجية الأبجدية (A.B.C.D.E.F.G)

مرحباً بك في الاستراتيجية الأبجدية للعناية بداء السكري

يمكنك أن تقلل من مضاعفات السكري بنسبة ٥٠% على الأقل
عند اتباعك برنامج الإستراتيجية الأبجدية

مضاعفات السكري

ارتفاع ضغط الدم

أمراض العين

سكتة دماغية

أمراض الكلى

التم في الساق بسبب ضعف الدورة الدموية

أمراض القلب

إلا أن توجد أخبار سارة جداً

وهي أنك من الممكن أن تقلل كل هذه المشاكل بنسبة ٥٠% على الأقل عند إتباع برنامج الإستراتيجية الأبجدية

EYE / العين تفحص على الأقل مرة واحدة سنوياً ويتم معالجتها إن استدعى الأمر.	Advice / النصيحة × تجنب التدخين. × ممارسة النشاط البدني لمدة ٣٠ دقيقة / ٥ مرات بالأسبوع. × حصص من الفواكه والخضروات يومياً. × وزن طبيعي / تخفيف الوزن.
Feet / القدم × تفحص يومياً من قبل المريض. × تفحص على الأقل مره واحدة سنوياً من قبل مختص.	Blood Pressure / ضغط الدم أقل من ١٣٠ / ٨٠
Guardian Drugs / أدوية الحماية × مراعاة أخذ الأسبرين (٨١ ملي جرام أسبرين يقي من أمراض القلب). × مراعاة تناول أدوية حماية الكلى إن لزم الأمر.	Cholesterol / الكوليسترول أقل من ٤ ميلي مول / لتر
	Diabetic control / التحكم بالسكري نسبة هيموجلوبين HbA1C تساوي أو أقل من ٥,٣% (مخزون السكر بالدم خلال ٦٠-٩٠ يوماً مضى)

إستراتيجية الأبجدية



لجنة مكافحة الأمراض المزمنة
Non - Communicable Disease Committee

مملكة البحرين - وزارة الصحة

مع تحيات