

நீங்கள் அளவுக்கு அதிகமான எடையுள்ளவர்
நீங்கள் எளிதில் களைப்படைகிறீர்கள்
நீங்கள் அதிக அளவிலும், அடிக்கடியும் சிறுநீர்
கழிக்கிறீர்கள்

என்றால் நீங்கள் நீரிழிவு நோயாளியாக இருப்பதற்கு
கணிசமான ஆபத்து இருக்கிறது என்று அர்த்தம்

➔ நீரிழிவு நோய் என்றால் என்ன?

இரத்தத்தில் மிக அதிக சர்க்கரையை கொண்டிருக்கும் மற்றும் மிகவும்
அடிக்கடி வரக்கூடிய ஒரு நோய் இது.

➔ நான் எதுவும் செய்யவில்லையென்றால், ஆபத்து எதுவும்
இருக்கிறதா?

நீரிழிவு நோய் வளர்ந்து, முற்றி கண்கள், சிறுநீரகங்கள் மற்றும் தோலுக்கு
குணப்படுத்த முடியாத சேதத்தை ஏற்படுத்துகிறது.

➔ இந்த ஆபத்தை நான் எப்படி குறைக்க முடியும்?

உணவுக் கட்டுப்பாடு மற்றும் சிகிச்சை எடுப்பதனாலும் சிக்கல்கள்
ஏற்படுவதற்கு முன்பு, இப்போதிலிருந்து தொடங்கி உங்கள் மருத்துவரை
அவரது அலுவலகத்திலோ அல்லது மருத்துவமனையிலோ சென்று
தவறாமல் சந்திப்பதன் மூலம் நீரிழிவு நோயை நீங்கள் கட்டுப்படுத்த முடியும்.

பிரான்சில், உங்கள் நீரிழிவு நோய் சிகிச்சை செலவை
சமாளிப்பதற்கு 100 சதவீதம் பணத்தையும், தேசிய
நலவாழ்வுத் திட்டம் செலுத்துகிறது.

ஓஎம்ஐ (ANAEM) பணியாளர்களிடமோ அல்லது உங்கள்
அருகாமையிலுள்ள சமூக நலப் பணியாளர்களிடமோ பேசுங்கள்.
இந்த திட்டத்தின் கீழ் எப்படி பயனடையலாம் என்பது குறித்து
அவர்கள் விளக்குவார்கள்.



எனது நீரிழிவு நோயா?



நான் அதைக் கட்டுப்படுத்துகிறேன்!

இன்சலின்-சார்ந்த நீரிழிவு நோய்