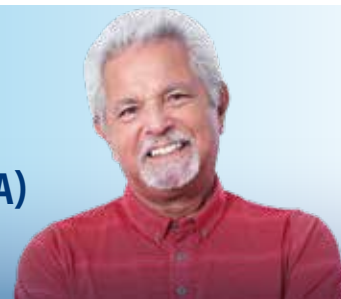


TAKE 5

TO CARE 4 YOURSELF

MATAAS NA GLUCOSE NG DUGO (HYPERGLYCEMIA)

Marami kang magagawa para matulungan kang mapanatiling malusog nang may diyabetis.



Ang mataas na glucose ng dugo (asukal sa dugo) ay tinatawag ding hyperglycemia, na nangyayari kapag mayroong labis na glucose sa iyong dugo. Sa paglipas ng panahon, maaari itong maging sanhi ng mga malubhang problema sa kalusugan.

Mga sanhi

Maaaring mangyari ang mataas na glucose ng dugo kung ikaw ay:

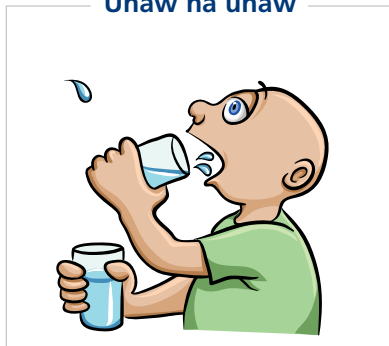
- Makaligtaan ang dosis ng insulin o iba pang gamot sa diyabetis
- Hindi gaanong aktibo kaysa sa dati
- Kumain ng naiiba o higit kaysa sa nakaplano
- Sumasailalim sa stress o may sakit

Maaari ring mangyari ang mataas na glucose ng dugo sa pagbabago ng iyong diyabetis sa paglipas ng panahon.

Mga Palatandaan at Sintomas

Narito ang maaaring mangyari kapag mataas ang iyong glucose ng dugo:

Uhaw na uhaw



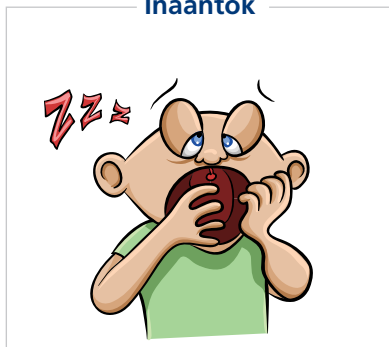
Kailangang umihi ng higit kaysa sa karaniwan



Gutom na gutom



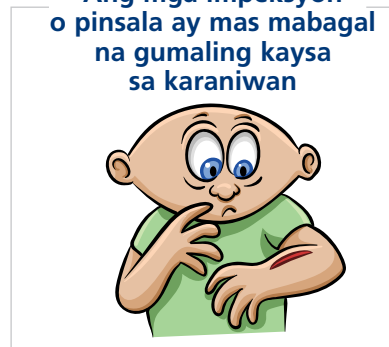
Inaantok



Malabong paningin



Ang mga impeksyon o pinsala ay mas mabagal na gumaling kaysa sa karaniwan



O maaaring wala kang kahit anong sintomas.



MATAAS NA GLUCOSE NG DUGO (HYPERGLYCEMIA)

Ano ang gagawin kaugnay sa mataas na glucose ng dugo

Ang pinakamahusay na paraan upang maiwasan ang mataas na glucose ng dugo ay sundin ang iyong plano sa pangangalaga sa diyabetis:



SUNDIN

Gamitin ang iyong mga gamot ayon sa tagubilin



Sundin ang iyong plano sa pagkain



Sundin ang iyong plano sa pisikal na aktibidad

Tawagan ang iyong pangkat sa pangangalaga sa diyabetis kung mas mataas ang iyong glucose sa dugo kaysa sa iyong layunin sa loob ng 3 araw at hindi mo alam kung bakit.



TUMAWAG

Ang pinakamahusay na paraan upang malaman kung mayroon kang mataas na glucose ng dugo ay ang pagsuri sa iyong glucose ng dugo ng regular, tulad ng tagubilin ng iyong doktor.



SURIIN

Bumisita sa **Cornerstones4Care.com** para sa karagdagang mga mapagkukunan at para magparehistro para sa LIBRENG programang pangsuporta sa diyabetis! Itapat ang iyong smartphone camera sa QR code para sa mabilis na pag-access sa website sa iyong telepono.

 Kumakain

 Lumilipat

 Gumagamot

 Pananatili sa track



I-scan Ako!

Nagbibigay ng pahintulot ang Novo Nordisk Inc. na kopyahin ang dokumento na ito para sa mga layuning pang-edukasyon na nonprofit lamang sa kondisyon na mapanatili ang dokumento sa orihinal nitong format at naipapakita ang abiso sa copyright. Inilalaan ng Novo Nordisk Inc. ang karapatan na bawiin ang pahintulot na ito sa anumang oras.

Ang Cornerstones4Care® ay isang rehistradong trademark ng Novo Nordisk A/S.

Ang Novo Nordisk ay isang rehistradong trademark ng Novo Nordisk A/S.

© 2021 Novo Nordisk Inilimbag sa U.S.A. US21PAT00151 Oktubre 2021

Cornerstones4Care.com

