

Ιατρικές εξετάσεις για τον διαβήτη: σύντομος οδηγός

Τι είναι οι ιατρικές εξετάσεις για τον διαβήτη;

Ο διαβήτης μπορεί να επηρεάσει διάφορα μέρη του οργανισμού, όπως την καρδιά σας, τα νεφρά, τα μάτια και τα πόδια. Με την πάροδο του χρόνου, αυτό μπορεί να οδηγήσει σε άλλα προβλήματα υγείας.

Οι ιατρικές εξετάσεις για τον διαβήτη βοηθούν ώστε:

- να προσέχετε τον διαβήτη και να διατηρείτε σε καλή κατάσταση
- να εντοπίζετε προβλήματα υγείας νωρίς, όταν είναι πιο εύκολο να τα διαχειριστείτε
- να μειώσετε τον κίνδυνο για σοβαρά προβλήματα υγείας που συνδέονται με τον διαβήτη.

Ιατρικές εξετάσεις για τον διαβήτη που θα χρειαστείτε



ΗbA1c

Εξέταση αίματος για τον έλεγχο της μέσης τιμής των επιπέδων γλυκόζης στο αίμα σας.



Λιπιδαιμικός έλεγχος

Μια εξέταση αίματος που ελέγχει τα επίπεδα χοληστερόλης και άλλων λιπιδίων του αίματος.



Νεφρά

Εξετάσεις αίματος και ούρων για τον έλεγχο της λειτουργίας των νεφρών.



Αρτηριακή πίεση

Εξέταση που δείχνει πόσο έντονα πρέπει να δουλεύει η καρδιά για να αντλεί αίμα.



Πόδια

Εξέταση των ποδιών για τυχόν προβλήματα στα πόδια που συνδέονται με τον διαβήτη.



Μάτια

Εξέταση των ματιών για τυχόν προβλήματα στα μάτια που συνδέονται με τον διαβήτη.



Δόντια και ούλα

Εξέταση για να διαπιστωθεί η υγεία των δοντιών και των ούλων.



Βάρος & περιφέρεια μέσης

Εξέταση για να διαπιστωθεί αν το βάρος και η περιφέρεια της μέσης σας είναι μέσα σε υγιή όρια.



Άλλα πράγματα για τα οποία θα σας μιλήσει ο γιατρός σας



Φάρμακα που χρησιμοποιείτε



Υγιεινή διατροφή



Σωματική δραστηριότητα



Διακοπή του καπνίσματος
(αν καπνίζετε)



Ψυχική υγεία

Πώς θα κάνετε τις ιατρικές εξετάσεις για τον διαβήτη

- Ζητήστε από τον γιατρό σας να σας βοηθήσει να κανονίσετε τις ιατρικές εξετάσεις για τον διαβήτη.
- Μπορεί να σας κάνει κάποιες από τις εξετάσεις κατά τη διάρκεια του ραντεβού σας.
- Για τις άλλες εξετάσεις, θα σας παραπέμψει σε διαφορετικό επαγγελματία υγείας.
- Οι περισσότερες ιατρικές εξετάσεις γίνονται μία φορά το χρόνο, αλλά ορισμένες εξετάσεις θα χρειαστεί να τις κάνετε πιο συχνά. Ρωτήστε το γιατρό σας πόσο συχνά τις χρειάζεστε.

Παίρνοντας τα αποτελέσματά σας

- Μετά από κάθε ιατρική εξέταση για τον διαβήτη, ρωτήστε τον γιατρό σας αν τα αποτελέσματά σας είναι εντός των υγιών ορίων.
- Ο γιατρός σας ή ο επαγγελματίας υγείας για τον διαβήτη μπορεί να σας βοηθήσει να φτιάξετε ένα πλάνο για να βελτιώσετε τα αποτελέσματά σας ή, εφόσον χρειάζεται, να αντιμετωπίσετε τυχόν προβλήματα υγείας.



Το NDSS και εσείς

Για να βρείτε περισσότερο υλικό (και στη γλώσσα σας) πηγαίνετε στον ιστότοπο ndss.com.au ή καλέστε την **Γραμμή Βοήθειας NDSS στο 1800 637 700**.

Σημείωση: Αυτές οι πληροφορίες προορίζονται μόνο ως γενική καθοδήγηση. Δεν θα πρέπει να αντικαθιστούν εξατομικευμένες ιατρικές συμβουλές. Αν σας ανησυχεί κάτι σχετικά με την υγεία σας ή αν έχετε περαιτέρω ερωτήσεις, θα πρέπει να επικοινωνήσετε με τον επαγγελματία υγείας σας.