

การตรวจสุขภาพโรคเบาหวาน: คู่มือฉบับย่อ

การตรวจสุขภาพโรคเบาหวานคืออะไร

โรคเบาหวานอาจส่งผลกระทบต่อหลายส่วนของร่างกาย เช่น หัวใจ ไต ดวงตา และเท้า นาน ๆ ไป ภาวะนี้อาจทำให้เกิดปัญหาสุขภาพด้านอื่น ๆ ตามมาได้

การตรวจสุขภาพโรคเบาหวานจะช่วยให้คุณ

- ดูแลโรคเบาหวานของคุณและรักษาสุขภาพให้แข็งแรง
- ตรวจเจอปัญหาสุขภาพได้แต่เนิ่น ๆ ซึ่งมักจะจัดการได้ง่ายกว่า
- ลดความเสี่ยงในการเกิดปัญหาสุขภาพร้ายแรงที่เกี่ยวข้องกับโรคเบาหวาน

การตรวจสุขภาพโรคเบาหวานที่คุณควรได้รับ



HbA1c

การตรวจเลือดเพื่อตรวจดูระดับน้ำตาลในเลือดเฉลี่ยของคุณ



ไขมันในเลือด

การตรวจเลือดเพื่อตรวจดูระดับคอเลสเตอรอลและไขมันในเลือดชนิดอื่น ๆ



ไต

การตรวจเลือดและปัสสาวะเพื่อดูการทำงานของไตของคุณ



ความดันโลหิต

การตรวจเพื่อประเมินว่าหัวใจของคุณต้องทำงานหนักแค่ไหนในการสูบฉีดเลือด



เท้า

การตรวจเท้าของคุณเพื่อดูว่ามีปัญหาเกี่ยวกับเท้าที่เกี่ยวข้องกับโรคเบาหวานหรือไม่



ตา

การตรวจตาของคุณเพื่อดูว่ามีปัญหาเกี่ยวกับตาที่เกี่ยวข้องกับโรคเบาหวานหรือไม่



ฟันและเหงือก

การตรวจดูว่าฟันและเหงือกของคุณมีสุขภาพดีหรือไม่



น้ำหนักและรอบเอว

การตรวจดูว่าน้ำหนักและรอบเอวของคุณอยู่ในระดับที่เหมาะสมต่อสุขภาพหรือไม่



หัวข้ออื่น ๆ ที่แพทย์จะพูดคุยกับคุณ



ยาที่คุณกำลังใช้หรือกำลังทานอยู่



การรับประทานอาหารที่ดีต่อสุขภาพ



การทำกิจกรรมที่ต้องใช้ร่างกาย



การเลิกสูบบุหรี่ (หากคุณสูบบุหรี่)



สุขภาพทางอารมณ์

วิธีเข้ารับการตรวจสุขภาพ โรคเบาหวาน

- ขอให้แพทย์ช่วยจัดการนัดหมายการตรวจสุขภาพโรคเบาหวาน
- แพทย์สามารถตรวจบางอย่างให้ได้ในระหว่างที่ท่านมาพบแพทย์
- สำหรับการตรวจอื่น ๆ แพทย์อาจแนะนำให้ท่านไปพบผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพท่านอื่นเพิ่มเติม
- การตรวจสุขภาพส่วนใหญ่จะทำปีละครั้ง แต่บางอย่างอาจจำเป็นต้องตรวจบ่อยกว่านั้น สอบถามแพทย์ของท่านว่าควรเข้ารับการตรวจบ่อยแค่ไหน

การรับทราบผลการตรวจของคุณ

- หลังการตรวจสุขภาพโรคเบาหวานทุกครั้ง คุณสามารถสอบถามแพทย์ได้ว่าผลตรวจของคุณอยู่ในระดับที่ดีต่อสุขภาพหรือไม่
- แพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญด้านเบาหวานสามารถช่วยคุณวางแผนเพื่อปรับปรุงผลตรวจของคุณ หรือดูแลรักษาปัญหาสุขภาพที่พบได้ตามความจำเป็น



โครงการ NDSS และคุณ

สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม (รวมถึงในภาษาของคุณ) โปรดสแกนคิวอาร์โค้ด ไปที่ ndss.com.au หรือโทรสายด่วน NDSS Helpline 1800 637 700

หมายเหตุ: ข้อมูลนี้จัดทำขึ้นเพื่อใช้เป็นแนวทางทั่วไปเท่านั้น ข้อมูลนี้ไม่ควรใช้แทนคำแนะนำทางการแพทย์เฉพาะบุคคล หากท่านมีข้อกังวลเกี่ยวกับสุขภาพของท่านหรือมีคำถามเพิ่มเติม ควรติดต่อผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพของคุณ