

કોવિડ 19 અને ડાયાબિટીસ

આ કરો અને આ ના કરો



કોઈપણ વ્યક્તિ બીમાર પડે ત્યારે તૈયારીની જરૂર હોય છે. બધા સંલગ્ન સંપર્કોની વિગતો હાથવગી રાખો.

01

ઉચ્ચ કે નિમ્ન બ્લડ ગ્લુકોઝના કારણે થતી જટિલતાઓ ટાળવામાં નિયમિત દેખરેખથી સહાયતા થઈ શકે છે.



02



જો કોઈ વ્યક્તિ ફ્લુ જેવાં લક્ષણો જણાવે (વધેલું તાપમાન, ઉધરસ, અને શ્વાસ લેવામાં તકલીફ) તો, સ્વાસ્થ્ય સંભાળના નિષ્ણાતની સાથે વાતચીત કરવાનું અગત્યનું છે.

03

પર્યાપ્ત પાણી પીઓ કારણ કે ચેપ (સંક્રમણ) કોઈ વ્યક્તિનું ગ્લુકોઝ સ્તર વધારે છે અને તરલપદાર્થની જરૂર વધી જાય છે.



04

તેણીને/તેને જરૂર હોય એટલો ડાયાબિટીસ દવાઓનો સારો પુરવઠો જાળવો.



બ્લડ ગ્લુકોઝના સ્તરમાં અચાનક ઘટાડો થાય એવી પરિસ્થિતિને ઠીક કરવા વ્યક્તિ પાસે જોગવાઈ હોવી જ જોઈએ.



05

જો કોઈ વ્યક્તિ એકલી રહેતી હોય તો, તેણીની/તેની ડાયાબિટીસની પરિસ્થિતિથી વાકેફ હોય અને જેના પર ભરોસો મૂકી શકાય એવી કોઈ વ્યક્તિ છે એની ખાતરી કરવી મહત્વપૂર્ણ છે.



06

નિયમિત કામકાજ નિર્ધારણ, વધુ પડતું કામ ટાળવું અને રાતના સરખી ઊંઘ લેવી અતિ અગત્યનું છે.



07

બ્લડ ગ્લુકોઝ સ્તરો સુસ્થિર રહે અને રોગપ્રતિકારક શક્તિ વધે એ માટે વૈવિધ્યપૂર્ણ અને સંતુલિત આહાર લો.



08

તમામ સામાન્ય સાવચેતીઓનું પાલન કરો જેમ કે સાબુ અને પાણીથી તમારા હાથ નિયમિતપણે ધોવા, અને 'સોશલ ડિસ્ટન્સિંગ'.



09

જો તમને ટાઈપ 1 ડાયાબિટીસ ના હોય કે ટાઈપ 2 ડાયાબિટીસ માટે ઇન્સ્યુલિનની ગંભીરપણે જરૂર ના હોય, જેમાં સર્કરા સ્તરો અતિ ઊંચે જવાનો અને કેટોસિસ અથવા ડાયાબિટિક કેટોએસિડોસિસ (ડીકેએ) વિકસિત થિહોનું વલણ નથી, તો તમારે હોસ્પિટલમાં દાખલ થવાની જરૂર નથી.



10

11

Issued in public interest by

LUPIN
Diabetes Care

Makers of

GLUCONORM-G

For the use of Registered Medical Practitioner or Laboratory or Hospital only