


ORDER FORM
Positively Managing Diabetes - A5 Brochure

Information for the Vietnamese Speaking Community



Diabetes
AUSTRALIA

Chẩn đoán tiểu đường của bạn là mức lành hay nặng - những gì bạn cần phải biết

Information for the Vietnamese speaking community

Tiểu đường là một căn bệnh mà chúng ta không được phân loại, nếu chúng ta cảm thấy bệnh có thể đến bất kỳ lúc nào. Chúng ta cần biết tên, tại bệnh viện máu, suy thận, bị mù loà hay phần dưới của chi chi bị cắt bỏ. Tiểu đường là một bệnh rất phổ biến, nhưng hầu như mọi người đều không biết.


Theo dõi lượng đường glucose trong cơ thể trong máu

Mục đích của việc kiểm tra mức độ glucose trong máu là để biết mức độ bệnh thường ở mức nào. Hãy gắn tới một máy nếu có thể được. Một phần trong việc chế độ ăn uống của bạn rất quan trọng vì nó ảnh hưởng đến lượng đường glucose trong máu. Thủ nghiệm đầu tiên và ghi chú mức độ đường glucose của bạn trong máu có thể giúp các bác sĩ kiểm soát bệnh tiểu đường của bạn.

Hãy hỏi bác sĩ của bạn về những vấn đề về bệnh tiểu đường có thể xảy ra và cách giải thích những kết quả (nếu chúng quá cao hay quá thấp).



The National Diabetes Services Scheme (NDSS) is an initiative of the Australian Government administered by Diabetes Australia



Diabetes
AUSTRALIA

Positively managing diabetes
What you need to know

Information for the Vietnamese speaking community


Diabetes is a disease that should never be ignored. If poorly managed, it can lead to complications like heart disease, strokes, kidney failure, blindness or lower limb amputations. The good news is that if well managed, these consequences can be avoided.

Blood glucose monitoring

Part of positively managing your diabetes includes keeping your blood glucose levels (or 'blood sugar levels') in the normal range of 4-8mmol/L - or as close to this range as possible.

You can test your blood glucose levels yourself with a machine called a blood glucose meter. Regularly testing and recording your blood glucose levels can tell you, and your doctor, whether your diabetes is being controlled properly or not.

Ask your doctor or a Diabetes Educator to advise on how to use the machine, the best times to check your blood glucose levels and how to interpret the results (if they're too high, or too low).



The National Diabetes Services Scheme (NDSS) is an initiative of the Australian Government administered by Diabetes Australia

To request a free copy of the resource, please complete the form below and return either by post / fax / email:

Diabetes Australia Ltd
GPO Box 3156
Canberra ACT 2601

Fax: (02) 6230 1535

Email: admin@diabetesaustralia.com.au

Name:	
Position:	
Organisation:	
Phone:	
Email:	
Postal Address:	

For more information on the NDSS call 1300 136 588 or visit ndss.com.au