

INUUNERISSAAVIK STENO

Dronning Ingridip Peqqissaavianni

Diabetes, aakkut qaffattoorneq aamma KOL



DIABETES / SUKKORNEQ

Sukkortuuguit misissortittarnissannut neqeroorute-qarpugut. Nappaat nakkutigilluarneqaruni nappaammut kingunipiluutaasinnaasut pinaveersaartinneqarsinnaapput.

Misissortitarneq suut qanorlu akulikitsigisumik?

- Eqqartorlugu sukkorninnut nakkutiginninneq qanoq ingerlanersoq
- Aapit sukkuu, quunnik misissuineq aapillu naqitsinera minnerpaamik ukiumut 1-riaq
- Isikkatit misissortillugit
- Isitit misissortillugit ukiut 2-4-kaarlugit



AAKKUT QAFFATTOORNEQ

Aap naqitsineranut nakorsaatic sivirusumik atorneqartariaqarput, amerlasuutigut inuueq naallugu pisariaqartarput. Piffissap ingerlanerani nakorsaaticukkat naleqqussarneqartariaqartarput.

Siunnersuutigaarput ukiumut ataasiarlutit angerlarsimaffinni aappi naqitsinera uuttortassagit, tassunga allamik isumaqatigiissuteqanngikkuit.

Saaffiginnittarfimmuut uuttuummik skemamillu aallertarsinnaavutit - assersuutigalugu inuuppit nalaanni taakulu inernerit doktor.gl-imut ikkunneqarsinnaapput (qineruk "Aakkut qaffattoorneq").



KOL (Kronisk Obstruktiv Lungelidelse)

KOL-mik nappaateqaruit pingaaruteqarpoq ukiu-moortumik puatit uuttortartittarnissai. Inuuppit nalaanni inniminniisarnissaq isumatsialaasinnaavoq.

Diabetes-mik KOL-milu nappaateqaruit ukiukkaartumik nualluumut akiuussuissamik kapitittarneq innersuussutaa-voq.

Isumatsialaasinnaavoq inuuppit nalaanni piffissamik inniminniisnaavutit.



PUJORTARUNNAARNEQ

Pujortarunnaarninnut ikiortikkusussaguit – Inuunerissavimmuut sianerit sianernermit piffissaritap iluanni.

PIFFISSAMIK INNIMINNIFFISSAQ

- Tlf. 34 43 33, ullunnarni nal. kl. 9:00-10:00
- doktor.gl (Saaffiginninnerup suussusaa qineruk)

Piffissarisannut aggersinnaajunnaaruit nalunaarutiginiariuk:

- 34 43 33 nal. 9:00-10:00
- doktor.gl (qineruk: Inniminniisnaanermik taamaatitsineq)
- 34 44 00

Ikinngutinnersumik inuulluaqqusilluta

Inuunerissaavik Steno Kalaallit Nunaat
Steno Diabetes Center Grønland
steno.gl • facebook.com/InuunerissaavikSteno



Aaversinnissat aaviisarfimmi pisarput
ullunnarni nal. 9:00 – 15:00



Inuunerissaavik Steno Kalaallit Nunaat
Steno Diabetes Center Grønland



INUUNERISSAAVIK STENO

på DIS (Dronning Ingrid's Sundhedscenter)

Diabetes, forhøjet blodtryk og KOL



DIABETES

Når du har diabetes tilbydes du en konsultation, for at sikre at du får den bedste behandling.

En god behandling af din diabetes nedsætter risikoen for følgesygdomme.

Konsultation af hvad og hvor tit?

- En snak om håndteringen af din diabetes
- Undersøgelse af blodsukker og urinprøve, og blodtryk mindst 1 gang om året
- Fodundersøgelse
- Øjenundersøgelse hvert 2. – 4. år



FORHØJET BLODTRYK

At få blodtryksmedicin er ofte en livslang behandling.

Behovet for blodtryksmedicin kan ændres med tiden.

Vi anbefaler at du 1 gang årligt måler dit blodtryk derhjemme i 3 dage (hjemmeblodtryk), med mindre andet er aftalt.

Du kan hente et blodtryksapparat og skema i receptionen på DIS og resultaterne kan indtastes på www.doktor.gl (Vælg: "Hjemmeblodtryk")



KOL (Kronisk Obstruktiv Lungelidelse)

Når du lider af KOL er det vigtigt, at du får lavet en lungefunktionsundersøgelse 1 gang om året.

En årlig influenzavaccination anbefales, hvis du har diabetes eller KOL.

For at gøre det nemt at huske, kan du bestille tid hvert år omkring din fødselsdag.

RYGESTOP

Ønsker du hjælp til rygestop - kontakt Inuunerissaavik Steno i telefontiden.



TIDSBESTILLING

- Tlf. 34 43 33, alle hverdage kl. 9:00-10:00
- doktor.gl (Vælg ønskede konsultation)

Husk at melde afbud, hvis du er forhindret på:

- 34 43 33 i telefontiden
- doktor.gl (Vælg: "Aflysning af tid")
- 34 44 00

Venlig hilsen

Inuunerissaavik Steno Kalaallit Nunaat
Steno Diabetes Center Grønland
steno.gl • facebook.com/InuunerissaavikSteno



Blodprøvetagning på laboratoriet
alle hverdage kl. 9:00-15:00



Inuunerissaavik Steno Kalaallit Nunaat
Steno Diabetes Center Grønland

