

# INUUNERISSAAVIK STENO

Dronning Ingridip Peqqissaavianni

Diabetes, aakkut qaffattoorneq aamma KOL



## DIABETES / SUKKORNEQ

Sukkortuuguit misissortittarnissannut neqeroorute-qarpugut. Nappaat nakkutigilluarneqaruni nap-paammut kingunipiluutaasinnaasut pinaveersaartinneqarsin-naapput.

### Misissortitarneq suut qanolu akulikitsigisumik?

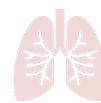
- Eqqartorlugu sukkorninnut nakkutiginninneq qanoq inger-lanersoq
- Aapit sukkuua, quunnik misissuineq aapillu naqtsinera min-nerpaamik ukiumut 1-riaq
- Isikkatit misissortillugit
- Isitit misissortillugit ukiut 2-4-kaarlugit



## AAKKUT QAFFATOORNEQ

Aap naqtsineranut nakorsaatit sivisuumik atorne-qartariaqarput, amerlasuutigut inuuneq naallugu pisariaqartarpuit. Piffissap ingerlanerani nakorsaatitukkat na-leqqussarneqartariaqartarpuit.

Siunnersuutigaarput ukiumut ataasiarlutit angerlarsimaffinni aappi naqtsinera uuttortassagit, tassunngaa allamik isumaqa-tigiissuteqanngikkuit.  
Saaffiginnittarfimmuit uuttuummik skemamillu aallertarsinnaavutit - assersuutigalugu inuuippit nalaanni taakulu inernerri doktor.gl-imut ikkunneqarsinnaapput (qineruk "Aakkut qaffat-toorneq").



## KOL (Kronisk Obstruktiv Lungelidelse)

KOL-mik nappaateqaruit pingaareuteqarpoq ukiu-moortumik puaatit uuttortartittarnissai. Inuuippit na-laanni inniminniisarnissaq isumatsialasinnaavoq.

**Diabetes-mik KOL-milu nappaateqaruit ukiukkaartumik nualluumut akiuussuissamik kapititarneq innersuussutaa-vog.**

**Isumatsialasinnaavoq inuuippit nalaanni piffissamik inniminniisinnavautit.**



## PUJORTARUNNAARNEQ.

Pujortarunnaarniarninnut ikiortikkusussaguit – Inuunerissa-vimmut sianerit sianernermet piffissarititap iluanni.

## PIFFISSAMIK INNIMINNIFFISSAQ

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

## Piffissarisannut aggersinnaajunnaaruit nalunaarutiginariuk:

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

Ikinngutinnersumik inuulluaqqusilluta

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



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



Inuunerissaavik Steno Kalaallit Nunaat  
Steno Diabetes Center Grønland



# INUUNERISSAAVIK STENO

på DIS (Dronning Ingrids 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](http://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](http://steno.gl) • [facebook.com/InuunerissaavikSteno](https://facebook.com/InuunerissaavikSteno)



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



Inuunerissaavik Steno Kalaallit Nunaat  
Steno Diabetes Center Grønland

