



คู่มือ

ปรับวิถีชีวิต

พิชิต

เบาหวาน

รู้จัก ป้องกัน รักษาโรคเบาหวานอย่างถูกวิธี  
ควบคุมระดับน้ำตาลได้ตลอดไป



10040124

ห้องสมุด วพบ. สุรินทร์

พร้อมการ์ตูน 4 สี...

รวมเบาหวานหลักสูตรเร่งรัด

ง่าย ปฏิบัติตามได้ทันที

โดยผู้เชี่ยวชาญจากศูนย์เบาหวาน โรงพยาบาลศิริราช

## สารบัญ

คำนำสำนักพิมพ์	(6)
คำนำ	(7)
เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน	2
มาช่วยป้องกันโรคเบาหวานกันดีกว่า	16
เบาหวานในเด็กและวัยรุ่น	30
สตรีตั้งครรภ์กับโรคเบาหวาน	50
การติดตามและประเมินผลในการดูแลเบาหวานด้วยตัวเอง	58
เบาหวานควบคุมได้ด้วยการออกกำลังกาย	64
การป้องกันภาวะแทรกซ้อนทางตาจากโรคเบาหวาน	72
คู่มือดูแลเท้าในผู้ป่วยเบาหวาน	82
แผลที่เท้า...ต้นเหตุของการถูกตัดขา	92
โรคความดันโลหิตสูงในผู้ป่วยเบาหวาน	100
อาหารสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน	108
เรื่องจากประสบการณ์: ผลไม้กับชีวิต (เบา) หวานของฉัน	118
ความรู้เรื่องเบาหวานหลักสูตรเร่งรัด	125