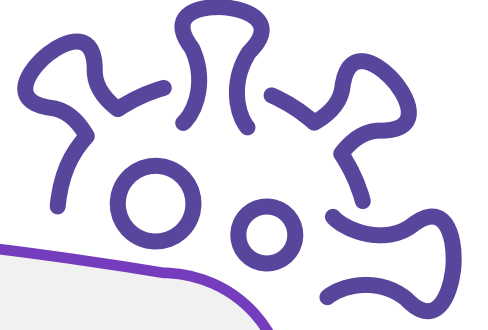


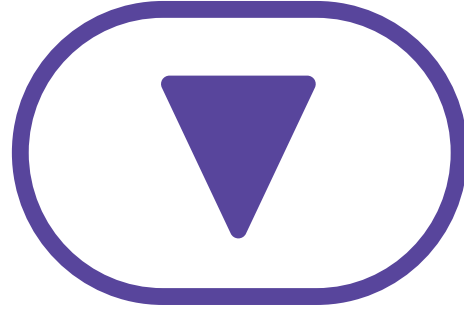
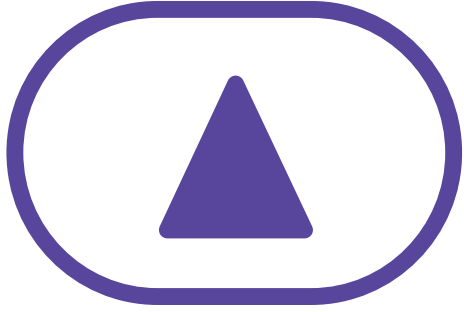


وزارة الصحة
Ministry of Health



महत्वपूर्ण दिशानिर्देश

कोरोनावायरस महामारी
(COVID-19) के दौरान मधुमेह
रोगियों के लिए



MOH की पहलों में से एक





وزارة الصحة
Ministry of Health

परिचय

यह गाइड कोरोनावायरस महामारी (Covid-19) के दौरान मधुमेह रोगियों के लिए महत्वपूर्ण है। इस गाइड के माध्यम से, हम कई दिशानिर्देश प्रदान करते हैं, जिसमें संक्रमण की रोकथाम के उपाय, आवश्यक सावधानियां, और आपातकालीन कक्ष (ईआर) में जाने की आवश्यकता वाले किसी भी लक्षण को पहचानने और नियंत्रित करने के लिए महत्वपूर्ण सुझाव शामिल हैं।

में इसे मधुमेह के रोगियों और वो लोग जो घर पर किसी मधुमेह के रोगी की देखभाल कर रहे हैं, उन के साथ साझा करने में मदद करें।

MOH की पहलों में से एक

عش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health

COVID-19 रोकथाम के उपाय



अपने हाथों को नियमित रूप से साबुन और पानी से धोएं, या उन्हें अल्कोहल-आधारित हैंड रब से साफ करें



खांसते या छींकते समय अपना मुंह और नाक ढक लें



कपड़े का मास्क पहनें



सुरक्षित दूरी सुनिश्चित करें



घर पर रहें



दूषित सतहों को न छुएं



आंख, नाक या मुंह को छूने से परहेज करें



स्वस्थ खाएं

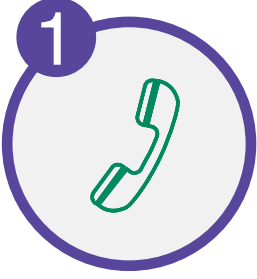


किसी भी सांस की बीमारियों के लक्षण वाले व्यक्ति के संपर्क में आने से बचें

MOH की पहलों में से एक

عش
بصحة
Live Well

मधुमेह रोगियों के लिए COVID-19 सावधानियां:



हर मधुमेह रोगी के पास सभी आवश्यक संपर्क नंबर ज़रूर होने चाहिए:

- किसी भी आवश्यक संवाद के लिए उनके डॉक्टर का फोन नंबर
- 937 (MOH आपातकालीन कॉल सेंटर)



रोगियों के हाथ में निम्नलिखित होना चाहिए:

- रक्त शर्करा के स्तर को मापने के लिए सभी आवश्यक उपकरण जिस में मापने के उपकरण, परीक्षण स्ट्रिप्स, आदि शामिल हैं यह सभी उपलब्ध होने चाहिए और इन्हें ठीक से संग्रहीत किया जाना चाहिए।
- उनकी दवा पर्याप्त मात्रा में उपलब्ध और संग्रहीत होनी चाहिए।



रोगियों को नियमित रूप से अपने रक्त शर्करा के स्तर का परीक्षण करना चाहिए और परिणामों की जांच करनी चाहिए।



अपने स्वास्थ्य देखभाल टीम के निर्देशों के अनुसार एक स्वस्थ आहार का पालन करना चाहिए।

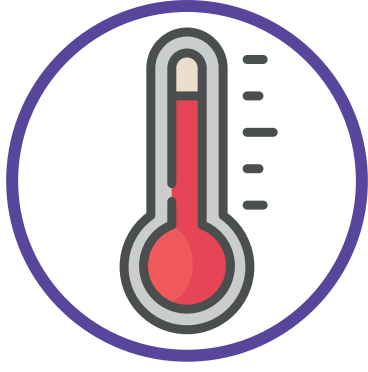


रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने के लिए घर पर मध्यम व्यायाम करना चाहिए



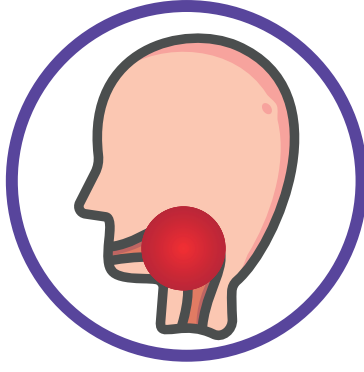
وزارة الصحة
Ministry of Health

जब आपको निम्नलिखित में
से कोई भी लक्षण महसूस हो:



बुखार

+



खांसी

+



सांस लेने में
तकलीफ



तो घर पर रहें



937 पर कॉल करें

MOH की पहलों में से एक

عش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health

COVID-19 से संक्रमित मधुमेह के रोगियों के लिए सुझाव:



निर्जलीकरण से बचने के लिए तरल पदार्थ लगातार पिएं, विशेष रूप से अगर आपके रक्त में शर्करा की मात्रा अधिक है और साथ ही आपको अक्सर टॉयलेट जाने की जरूरत होती है।



अपने रक्त शर्करा के स्तर की निगरानी करें और अपने रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने और इसे लक्ष्य सीमा में रखने के लिए हर चार घंटे में इसकी जाँच करें



कभी भी लंबे समय तक काम करने वाला इंसुलिन लेना बंद न करें, और लगातार कम रक्त शर्करा के प्रकरण के मामले में, डॉक्टर की सलाह के अनुसार रोगी इंसुलिन की खुराक में 10% की कमी कर सकता है।

MOH की पहलों में से एक

عش
بصحة
Live Well

एक मधुमेह रोगी को ER कब जाना चाहिए?

यदि निम्न में से कोई भी संकेत दिखाई दे:

1

कम रक्त शर्करा के स्तर के कारण कोमा या दौरा

2

मधुमेह केटोएसिडोसिस के लक्षण (पेट में दर्द, मतली, उल्टी, बेहोशी, सांस में एसीटोन की गंध)

3

लक्षण जैसे शरीर के एक तरफ जैसे चेहरा और हाथ में सुन्नता या कमजोरी, भ्रम या बोलने में कठिनाई, देखने में कठिनाई - चलने में कठिनाई और संतुलन की हानि।

4

पैर के घाव और रंग बिगाड़ना

5

अचानक धुंधली दृष्टि या दृष्टि की हानि

MOH की पहलों में से एक

عش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health

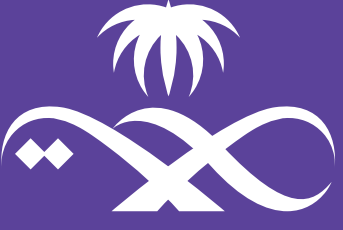
सामान्य प्रश्न

क्या COVID-19 से संक्रमित होने पर मधुमेह रोगियों को दूसरों की तुलना में अधिक गंभीर लक्षणों का अनुभव होने की संभावना अधिक है, और क्यों?

शोध से पता चला है कि जब मधुमेह वाले लोग COVID-19 से संक्रमित होते हैं, तो सामान्य लोगों की तुलना में जटिलताएं अधिक होती हैं। जो रोगी अपने रक्त शर्करा के स्तर का प्रबंधन नहीं करते हैं, वे उन लोगों की तुलना में अधिक गंभीर जटिलताओं और लक्षणों का अनुभव करते हैं जो उन्हें प्रबंधित करते हैं; इसका कारण यह है कि उच्च उतार-चढ़ाव वाला रक्त शर्करा प्रतिरक्षा प्रणाली को कमजोर करता है और इसे सभी प्रकार के वायरल संक्रमणों से लड़ने में असमर्थ बनाता है।

MOH की पहलों में से एक

عش
بصحة
Live Well



وزارة الصحة
Ministry of Health

MOH की पहलों में से एक

عيشة
بصحة
Live Well

क्या आपको यह सामग्री उपयोगी मिली?
आपको यहां और अधिक मिल सकता है:

