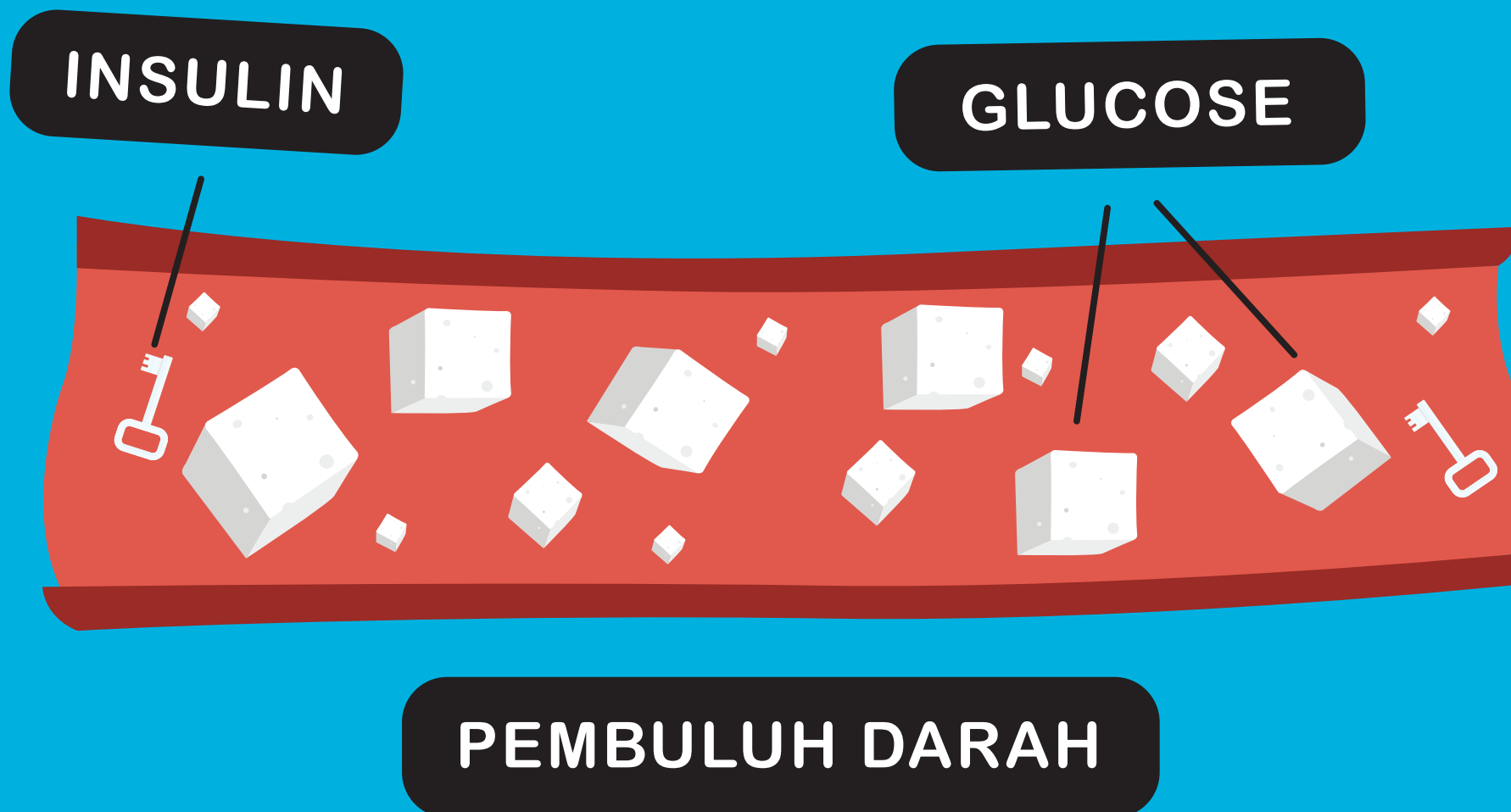




# KOMPLIKASI T1D

## APA YANG MENYEBABKAN KOMPLIKASI T1D?

KOMPLIKASI DIKAITKAN DENGAN TAHAP GLUKOSA DARAH TINGGI DALAM TEMPOH MASA YANG PANJANG **MENYEBABKAN KEROSAKAN** PADA SALURAN DARAH JANTUNG, OTAK, KAKI, MATA, BUAH PINGGANG, KAKI DAN SARAF.



**ADALAH SANGAT PENTING** UNTUK MENGAMBIL TINDAKAN UNTUK MENGELAKKAN ATAU MELAMBATKAN MASALAH SEPERTI INI.

HELLO  
TYPE 1

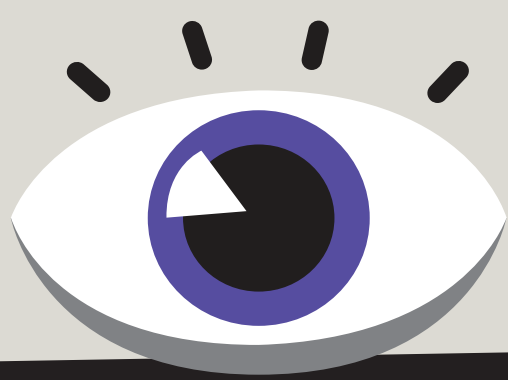
# KOMPLIKASI T1D

**PERLINDUNGAN TERBAIK ADALAH UNTUK MENGEKALKAN TAHAP GLUKOSA DARAH ANDA DALAM JULAT SASARAN ANDA, TETAPI IA PENTING UNTUK SEDAR AKAN TANDA-TANDA DAN JUGA **MENEPATI JANJI TEMU BERSAMA DOKTOR ANDA.****

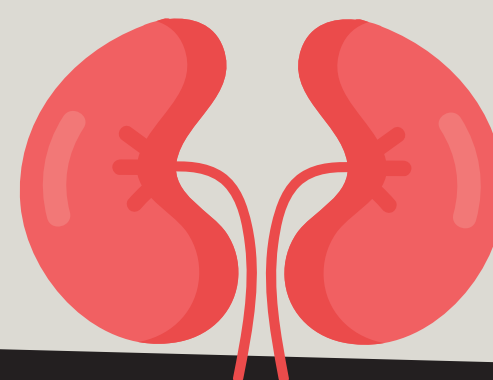


## APAKAH KOMPLIKASI UTAMA YANG DISEBABKAN OLEH T1D?

TAHAP GLUKOSA DARAH YANG SENTIASA  
TINGGI BOLEH MENGAKIBATKAN:



KEROSAKAN MATA YANG  
MENJEJASKAN PENGLIHATAN ANDA  
DAN MEMBAWA KEPADA KEHILANGAN  
PENGLIHATAN SEPENUHNYA JIKA  
TIDAK DIRAWAT LEBIH MASA



KEROSAKAN BUAH PINGGANG YANG  
MEMBERI KESAN KEPADA SISTEM  
PENAPISAN BADAN DAN BOLEH  
MENYEBABKAN TEKANAN DARAH  
TINGGI DAN KEGAGALAN BUAH  
PINGGANG LEBIH MASA

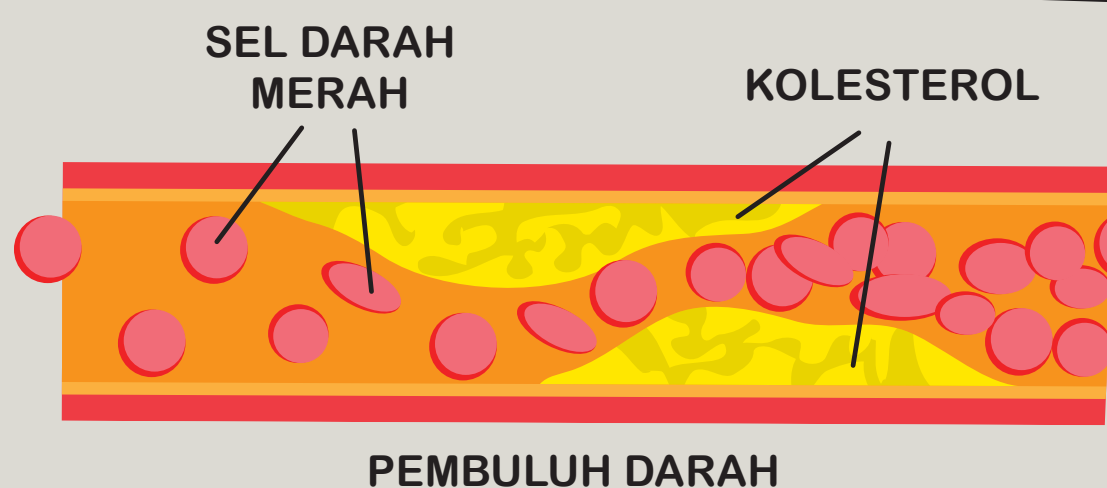


KEROSAKAN SARAF MENYEBABKAN MASALAH  
DENGAN KAKI ANDA YANG MEMBAWA KEPADA  
PEREDARAN DAN MASALAH JANGKITAN YANG BOLEH  
MENYEBABKAN KEHILANGAN PERASAAN DI KAKI  
ATAU BERTENTANGAN TERLALU BANYAK PERASAAN  
SEPERTI SENSASI KESEORANGAN DAN PEMBAKARAN.  
JIKA TIDAK DIRAWAT MASALAH JANGKITAN BOLEH  
LEBIH MASA MEMBAWA KEPADA AMPUTASI.

DISLIPIDEMIA ATAU KOLESTEROL TINGGI  
MENYEBABKAN KEROSAKAN SELANJUTNYA  
DALAM SALURAN DARAH DAN MEMBAWA  
KEPADA PENYAKIT JANTUNG



RISIKO PENYAKIT JANTUNG DAN  
SALURAN DARAH MENINGKAT  
SECARA MENDADAK DAN BOLEH  
MENYEBABKAN TEKANAN  
DARAH TINGGI, SERANGAN  
JANTUNG ATAU STROK



## PETUA UNTUK MENGURANGKAN RISIKO KOMPLIKASI



PASTIKAN TAHAP GLUKOSA DARAH ANDA DALAM JULAT SASARAN YANG DIBERIKAN KEPADA ANDA OLEH DOKTOR ANDA

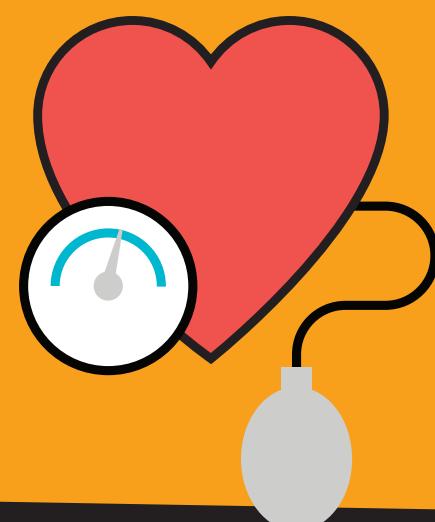


DAPATKAN PEMERIKSAAN KOMPLIKASI ANDA SETIAP TAHUN

IKUTI GARIS PANDUAN PEMAKANAN YANG SIHAT DAN ELAKKAN MAKANAN YANG MENDUNGKI KARBOHIDRAT BURUK SEPERTI MINUMAN MANIS, PENCUCI MULUT DAN MAKANAN RINGAN SEPERTI KEREPEK KENTANG



CUBA UNTUK BERSENAME ATAU KEKAL AKTIF SELAMA 30 MINIT SEHARI

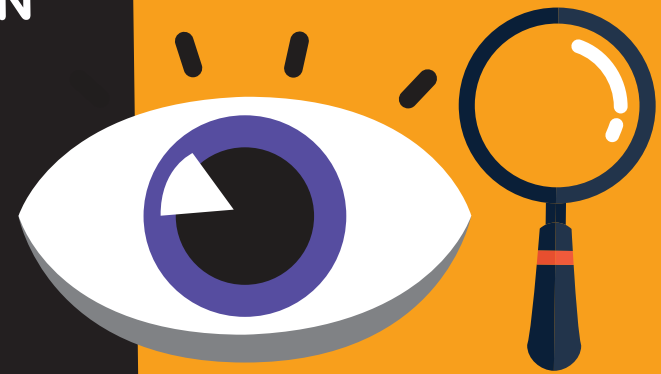


PASTIKAN TEKANAN DARAH ANDA RENDAH (DI BAWAH 120/80 MMHG)



SEDAR AKAN PERUBAHAN PADA PENGLIHATAN  
ANDA TERMASUK:

- PENGLIHATAN KABUR, TERUTAMA  
PADA WAKTU MALAM
- BENTUK TERAPUNG DALAM  
PENGLIHATAN ANDA
- SENSITIVITI KEPADA CAHAYA



SEDAR AKAN PERUBAHAN PADA KAKI ANDA  
TERMASUK:

- LUKA, RETAK ATAU LEPUH
- KESAKITAN ATAU KESEMUTAN
- KAKI KEBAS



PAKAI KASUT YANG SELESA  
DAN BERSESUAIAN.  
ELAKKAN PAKAI KASUT  
YANG KETAT



PASTIKAN KAKI ANDA  
BERSIH DAN KERING UNTUK  
MENGELAKKAN JANGKITAN



PASTIKAN KUKU JARI  
KAKI DIPOTONG

JANGAN BERKAKI  
AYAM DI LUAR UNTUK  
MENGELAKKAN LUKA  
DAN CALAR

