

Światowy Dzień Cukrzycy 2017

# DEKLARACJA 12 ZASAD

W WALCE O DŁUŻSZE ŻYCIE Z CUKRZYCĄ:

1. Jak najwcześniejsza diagnoza choroby
2. Kompleksowa opieka specjalistyczna prowadzona przez lekarzy diabetologów i lekarzy rodzinnych oraz pielęgniarki diabetologiczne
3. Wiedza o chorobie i samoświadomość pacjentów
4. Zrównoważona dieta i utrzymywanie prawidłowej masy ciała
5. Aktywność fizyczna
6. Zdrowy styl życia (niepalenie papierosów, ograniczenie spożycia alkoholu, ograniczanie stresu)
7. Indywidualizacja leczenia
8. Możliwość dostępu do nowoczesnych terapii diabetologicznych
9. Niedopuszczenie do powikłań sercowo-naczyniowych – zawału serca i udaru mózgu
10. Właściwa kontrola choroby (przyjmowanie zalecanych leków, samokontrola glikemii, regularne badania poziomu glukozy i cholesterolu we krwi)
11. Zapobieganie niewydolności nerek, chorobom oczu, stopie cukrzycowej
12. Powszechna edukacja diabetologiczna

Organizatorzy:



POLSKIE STOWARZYSZENIE DIABETYKÓW

[mojacukrzyca.org](http://mojacukrzyca.org)

Patronat: POLSKIE TOWARZYSTWO  
DIABETOLOGICZNE



Deklaracja z inicjatywy pacjentów, powstała z okazji wydarzenia pt. „12 wspaniałych rzuca wyzwanie cukrzycy”, organizowanego w ramach kampanii

