

Diabetes



APAKAH DIABETES ITU?

Diabetes melitus (DM) atau kencing manis adalah penyakit di mana kadar gula darah tinggi karena tubuh tidak dapat melepaskan atau menghasilkan insulin.

Tanda dan gejala

1. Sering kencing
2. Rasa haus & lapar berlebih
3. Mudah lelah
4. Pandangan kabur
5. Berat badan turun drastis
6. Luka lama sembuh



Faktor Resiko

1. Faktor keturunan
2. Kegemukan
3. Kurang aktivitas dan olahraga
4. Usia lebih dari 40 tahun



Bagaimana agar stabil?

1. Perencanaan makan yang baik (batasi gula, lemak, dan konsumsi sayur)
2. Olahraga secara rutin
3. Cek kadar gula darah secara berkala
4. Minum obat dengan teratur
5. Kontrol berat badan
6. Kontrol tekanan darah
7. Kontrol kadar kolesterol darah



Komplikasi

1. Kerusakan saraf
2. Kebutaan
3. Penyakit jantung
4. Gangguan pada pembuluh darah otak
5. Terganggunya fungsi ginjal



HUBUNGI KAMI

SITUS WEB:

rsaudrsiswanto.com

EMAIL:

rumkitdrsiswanto@gmail.com

SOSIAL MEDIA:

[@rsau_dr_siswanto](https://www.instagram.com/rsau_dr_siswanto)

NOMER HP:

085282806611



Diabetes



APA DIABETES KUWI?

Diabetes melitus (DM) utawi kencing manis inggih punika penyakit wonten pundi kadar gendhis lebet darah tinggi amargi salira mboten keparing nguculi utawi ngasilaken insulin.

Tanda lan gejala

1. Kerep tugas
2. Rasa ngelak lan luwe kelangkung-langkung
3. Gampang kesel
4. Pandhelengan burem
5. Bobot mandhap drastis
6. Tatu alon mantun



Faktor Resiko

1. Turun temurun
2. Kelemon
3. Kirang aktivitas lan olahraga
4. Umur luwih saka 40 tahun



Kados pundi supados stabil?

1. Perencanaan dhaharan ingkang sae (batasi gendhis, lemak, lan konsumsi sayur)
2. Olahraga kanthi teratur
3. Periksa kadar gendhis kanthi berkala
4. Ngunjuk obat ingkang teratur
5. Kontrol bobot awak
6. Kontrol tekanan getih
7. Kontrol kadar kolesterol getih



Komplikasi

1. Kerusakan saraf
2. Wuta
3. Penyakit jantung
4. Gangguan pembuluh getih ing otak
5. Fungsi ginjal mboten sae



HUBUNGI KAMI

SITUS WEB:

rsaudrsiswanto.com

EMAIL:

rumkitdrsiswanto@gmail.com

SOSIAL MEDIA:

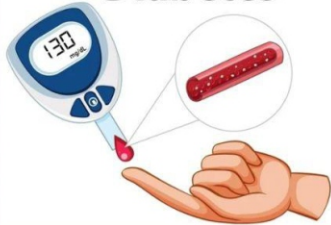
[@rsau_dr_siswanto](https://www.instagram.com/rsau_dr_siswanto)

NOMER HP:

085282806611



Diabetes



WHAT IS DIABETES MELITUS?

Diabetes melitus means you have too much sugar in your blood. High blood sugar prablems start when your body no longer makes enough of a chemical or hormone Called insulin

Symptoms :

1. Always hungry
2. Always tired
3. Increased thirst
4. Frequent urination
5. Blurry vision
6. Sudden weight loss
7. Slow healing of wounds



What Caused it?

1. Heredity
2. Obesity
3. Less activity and exercising
4. Smoker



Complications

1. Permanent kidney damage
2. Cerebrovascular Diseases
3. Eye damage
4. Diabetic foot
5. Peripheral neuropathy
6. Coronary heart diseases



Prevention

1. Health food
2. Keep normal weight
3. Food control
4. Exercise
5. No smoking
6. Diagnostic



CONTACT US

WEBSITE:

rsaudrsiswanto.com

EMAIL:

rumkitdrsiswanto@gmail.com

SOCIAL MEDIA:

[@rsau_dr_siswanto](https://www.instagram.com/rsau_dr_siswanto)

PHONE NUMBER:

085282806611

