

Pragniemy ułatwić Ci życie z cukrzycą.

Dowiedz się od ekspertów, jak łagodzić objawy swojej choroby.

Niedawno stwierdzono u Ciebie cukrzycę, ale nie jesteś z nią sam. Z cukrzycą żyje w Ontario około miliona osób i liczba ta prawdopodobnie się powiększy.

Zdiagnozowanie cukrzycy mogło Cię zaskoczyć, ale mamy dla Ciebie dobrą wiadomość: właściwe postępowanie i tryb życia może pozwolić Ci zachować dobre zdrowie i w pełni korzystać z życia. Właśnie w tej sprawie może Ci pomóc Program Edukacji Cukrzycowej (Diabetes Education Program, czyli DEP).

DEP obejmuje zwykle pielęgniarzkę i dietetyka, a czasem także pracownika socjalnego, psychologa klinicznego, specjalistę w zakresie dbania o stopy, farmaceutę i/lub fizjoterapeutę, w zależności od potrzeb.

Będą oni pracować wspólnie i wspierać Cię w zwalczaniu cukrzycy, zapewniając wskazówki w zakresie zdrowego żywienia, utrzymywania właściwej wagi ciała, ćwiczeń fizycznych, sprawdzania poziomu glukozy i stałej motywacji do czynnego przeciwdziałania tej chorobie.

Cukrzycę stwierdza się każdego roku u 80 000 osób w Ontario, takich jak Ty.

Właściwe postępowanie w tej chorobie jest niezwykle ważne dla Twojego zdrowia i dobrego samopoczucia.

W tym zakresie może Ci pomóc Program Edukacji Cukrzycowej.

Wspomniani profesjonaliści opracują dla Ciebie specjalny plan leczenia, aby pomóc Ci zrozumieć, jak można łagodzić objawy cukrzycy i zapobiegać powikłaniom lub je leczyć. Uczestnicząc w Programie Edukacji Cukrzycowej i postępując zgodnie z

otrzymanymi wskazówkami będziesz w stanie lepiej kontrolować swoją chorobę i zapewnić sobie lepszą jakość życia.

Aby znaleźć Program Edukacji Cukrzycowej (Diabetes Education Program) w pobliżu miejsca zamieszkania, skorzystaj z internetowej listy z wyszukiwarką, pod adresem ontario.ca/diabetes

Pamiętaj o tym, że niektóre Programy Edukacji Cukrzycowej mogą wymagać skierowania od Twojego pracownika służby zdrowia pierwszego kontaktu.

Pamiętaj, że właściwe leczenie wymaga regularnych wizyt u Twojego pracownika służby zdrowia pierwszego kontaktu, który pomoże Ci radzić sobie z chorobą i zapewni Ci stałe wsparcie.

Jeśli nie masz obecnie pracownika służby zdrowia pierwszego kontaktu, możesz skorzystać z pomocy Health Care Connect. Aby się zapisać, zadzwoń pod numer 1-800-445-1822 lub wejdź na stronę ontario.ca/healthcareconnect

Program Edukacji Cukrzycowej jest elementem Strategii Cukrzycowej Ontario (Ontario Diabetes Strategy), zainicjowanej przez Rząd Ontario w listopadzie 2009 r. Celem tej strategii jest pomoc osobom chorym na cukrzycę oraz zaspokojenie potrzeb tych, którzy są poważnie zagrożeni zachorowaniem.

Aby dowiedzieć się więcej o tej strategii, wejdź na stronę ontario.ca/diabetes

Stand up to Diabetes

