

САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

УЗНАЙ СИМПТОМЫ

занимает третье место в мире среди причин заболеваемости и смертности после сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний.



Профилактика

Здоровая пища



Овощи и фрукты, хлеб (из муки грубого помола), крупы
Ограничить употребление сахара и соли

Физические нагрузки



Ежедневные физические упражнения снижают степень риска заболеть сахарным диабетом на 50%