

## Khám tổng quát bệnh tiểu đường hằng năm



### Hãy nhớ đặt lịch hẹn kiểm tra bệnh tiểu đường hằng năm

Cơ quan Y tế Na Uy khuyên những người bị bệnh tiểu đường nên kiểm tra hằng năm. Mục đích của việc kiểm tra là ngăn chặn sự phát triển của các biến chứng và phát hiện sớm các biến chứng nghiêm trọng trước khi quá muộn. Ngoài ra, quý vị nên lập kế hoạch cùng với bác sĩ của mình về tần suất khám tổng quát giữa các lần kiểm tra hằng năm. Kiểm tra hằng năm bao gồm các khám tiêu chuẩn sau:

**Mẫu máu:** Lipid (LDL, HDL, triglyceride, cholesterol toàn phần)  
Kiểm tra chức năng thận (eGRF)  
Đường huyết lâu dài (HbA1c)

**Mẫu nước tiểu:** Protein  
(Tỷ lệ albumin-creatin, ACR).

**Các kiểm tra khác:**  
Huyết áp  
Khám bàn chân  
Cân nặng  
Mắt (mỗi năm thứ hai)

Thời gian thực hiện cuộc hẹn tiếp theo: \_\_\_\_\_

HbA1c mục tiêu của quý vị là: \_\_\_\_\_

#### Hãy nhớ mang mẫu nước tiểu đến buổi kiểm tra hằng năm!

- Tốt nhất là nước tiểu vào buổi sáng, nhưng nếu điều này là không thể, thì có thể sử dụng mẫu nước tiểu ngẫu nhiên
- Quý vị không được bị sốt hoặc nhiễm trùng đường tiết niệu
- Tránh hoạt động thể lực nặng trong 3 ngày trước đó



Quý vị có thể góp phần cải thiện việc điều trị bệnh tiểu đường ở Na Uy bằng cách tham gia vào danh sách người lớn mắc tiểu đường ở Na Uy:

<http://www.noklus.no/Diabetesregisterforvoksne/Forpersonermeddiabetes.aspx>

Quý vị có thể tìm thấy thông tin đảm bảo chất lượng và giúp đối phó với bệnh tiểu đường bằng cách tham gia Hiệp hội Tiểu đường Na Uy: <https://www.diabetes.no/bli-medlem/>

## Khám tổng quát bệnh tiểu đường hằng năm



### Hãy nhớ đặt lịch hẹn kiểm tra bệnh tiểu đường hằng năm

Cơ quan Y tế Na Uy khuyên những người bị bệnh tiểu đường nên kiểm tra hằng năm. Mục đích của việc kiểm tra là ngăn chặn sự phát triển của các biến chứng và phát hiện sớm các biến chứng nghiêm trọng trước khi quá muộn. Ngoài ra, quý vị nên lập kế hoạch cùng với bác sĩ của mình về tần suất khám tổng quát giữa các lần kiểm tra hằng năm. Kiểm tra hằng năm bao gồm các khám tiêu chuẩn sau:

**Mẫu máu:** Lipid (LDL, HDL, triglyceride, cholesterol toàn phần)  
Kiểm tra chức năng thận (eGRF)  
Đường huyết lâu dài (HbA1c)

**Mẫu nước tiểu:** Protein  
(Tỷ lệ albumin-creatin, ACR).

**Các kiểm tra khác:**  
Huyết áp  
Khám bàn chân  
Cân nặng  
Mắt (mỗi năm thứ hai)

Thời gian thực hiện cuộc hẹn tiếp theo: \_\_\_\_\_

HbA1c mục tiêu của quý vị là: \_\_\_\_\_

#### Hãy nhớ mang mẫu nước tiểu đến buổi kiểm tra hằng năm!

- Tốt nhất là nước tiểu vào buổi sáng, nhưng nếu điều này là không thể, thì có thể sử dụng mẫu nước tiểu ngẫu nhiên
- Quý vị không được bị sốt hoặc nhiễm trùng đường tiết niệu
- Tránh hoạt động thể lực nặng trong 3 ngày trước đó



Quý vị có thể góp phần cải thiện việc điều trị bệnh tiểu đường ở Na Uy bằng cách tham gia vào danh sách người lớn mắc tiểu đường ở Na Uy:

<http://www.noklus.no/Diabetesregisterforvoksne/Forpersonermeddiabetes.aspx>

Quý vị có thể tìm thấy thông tin đảm bảo chất lượng và giúp đối phó với bệnh tiểu đường bằng cách tham gia Hiệp hội Tiểu đường Na Uy: <https://www.diabetes.no/bli-medlem/>