

## Diyabet için yıllık check up



**NOKLUS**  
sammen for god kvalitet

## Yıllık diyabet incelemesi için randevu almayı unutmayın

Norveç Sağlık Müdürlüğü, diyabeti olanlar için yıllık ve geniş kapsamlı bir inceleme öneriyor. İncelemenin amacı, komplikasyonların gelişimini önlemek ve komplikasyonları erken bir aşamada tespit etmektir, bu sayede ciddi geç evre komplikasyonlarının ilerlemesi geciktirilebilir. Doktorunuzla birlikte yıllık değerlendirmeler arasında ne sıklıkta check up yaptırmanız gerektiğini de planlamanız gerekir. Yıllık incelemeye aşağıdaki standart muayeneler de dahildir:

**Kan örnekleri:** Lipidler (LDL kolesterol, HDL kolesterol, trigliserid, total kolesterol)  
Böbrek fonksiyon testleri (eGRF)  
HbA1c

**İdrar örnekleri:** Albümin/kreatinin oranı (ACR).

**Diğer muayeneler:**

Tansiyon

Ayak muayenesi

Kilo

Gözler (her iki yılda bir)

**Sonraki randevunun zamanı:** \_\_\_\_\_

**Hedef HbA1c'niz:** \_\_\_\_\_

**Yıllık incelemeye idrar örneği getirmeyi unutmayın!**

- Tercihen sabah idrarı, ancak bu mümkün değilse rastgele bir idrar örneği de kullanılabilir
- Ateşinizin veya idrar yolu enfeksiyonunuzun olmaması gerekir
- Önceki 3 gün boyunca yorucu fiziksel aktiviteden kaçınınız



Norveç'te yetişkinler için diyabet kaydına katılarak diyabet tedavisinin iyileştirilmesine katkıda bulunabilirsiniz:

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

Norveç Diyabet Derneği'ne katılarak diyabetinizle başa çıkabilmek için kalite garantili bilgiler ve yardım edebilirsiniz: <https://www.diabetes.no/bli-medlem/>



Helsedirektoratet

diabetesforbundet

**NOKLUS**  
sammen for god kvalitet

NORSK  
DIABETES  
REGISTER  
for voksne