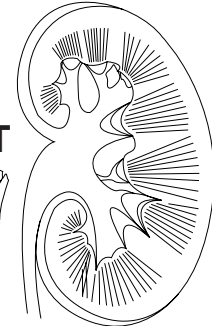


Dyabèt, Maladi nan ren Ak Pwoblèm tansyon

(DIABETES, KIDNEY DISEASE & HIGH BLOOD PRESSURE)

DYABÈT



Kisa dyabèt la ye?

Dyabèt la se yon maladi ou genyen lè swa kò ou pa fè

ase òmòn la ki rele ensilin oswa lè kò ou pa konnen kijan pou li sèvi ak ensilin li fè a.

Ensilin la kontwole kantite sik ki sikile nan san ou. Ou ka vin gen anpil maladi, anpil pwoblèm nan kò ou si ou gen twòp sik nan san ou.



Ki move reyaksyon dyabèt la pral gen sou ren mwen yo?

Lè twòp sik andomaje veso sangan yo ki nan ren ou, alò lè sa a ren ou yo paka netwaye san ou jan li sipoze netwaye li. Kò ou kenbe plis dlo ak sèl pase sa li dwe kenbe, ki fè ou gwosi epi janm ou yo ak je pye ou yo vin anfle. Epi ou ka vin gen pwoteyin nan pipi ou epi si rès fatra ki rete nan san ou pa netwaye, yo ka vin ba ou pwoblèm tansyon.

Dyabèt la tou ka donmaje nè yo ki ba ou siyal la ki fè ou konnen lè ki lè pou al pipi pou ou ka vide sak pipi ou.

Presyon yon sak pipi ki ranpli bay ka kanpe sou ren ou yo epi li ka vin ba ou pwoblèm ren. Epi si pipi rete nan sak pipi a pandan twò lontan, ou ka alò vin gen yon enfeksyon. Se paske jèm yo, mikwòb yo gaye fasil nan pipi ki gen yon gwo kantite sik ladan li.



Ki siy yon moun ki gen dyabèt gen lè li gen pwoblèm nan ren?

Men siy yo:

- Pwoteyin nan pipi ou
- Ou gwosi
- Je pye oswa janm vin anfle
- Ale pipi plis pandan lannwit
- Pwoblèm tansyon (pi wo pase 125/75)



Ki nimewo tansyon mwen dwe pou li ye?

Nimewo tansyon an fèt pou li gen de nimewo. Nimewo tansyon ou dwe pou li 125/75. Nimewo tansyon sa a ap ralenti pwoblèm nan ren ou yo.



Kisa mwen ka fè pou anpeche mwen gen pwoblèm nan ren mwen yo?

Toujou byen kontwole dyabèt la epi fè bagay sa yo!

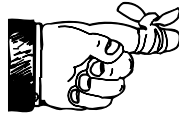
- Tcheke tansyon ou souvan.
- Fè tès ant chak sis ak douz mwa pou wè si pipi ou gen pwoteyin ak san ladan li.

- Pran medikaman pou tansyon ou chak jou (si doktè ou preskri pou ou fè sa).
- Fò ou dòmi ase chak swa.
- Swiv rejim alimantè ou an pou dyabèt la.
- Evite bwè bweson alkòl.
- Sispann fimen oubyen eseye pa fimen
- Al wè doktè-ou souvan, jan yo mande ou-an, menm si tansyon-ou nòmàl.

Enfòmasyon enpòtan:

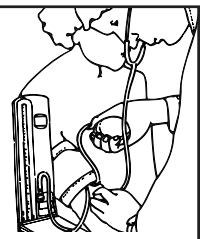
Anpil moun ki gen maladi dyabèt la pa vin gen pwoblèm nan ren sa a, ki fè li pa vle di ren ou yo pral sispann mache si ou gen maladi dyabèt la.

Pale ak doktè ou de chans ou genyen pou ren ou yo donmaje epi byen swiv sa li di ou pou fè oswa pou ou pa fè.



Pa bliye:

Ou dwe pou toujou kontwòle tansyon ou 24 sou 24, toulejou.



Mizanpwen pa:

Dyabèt ak pwoblèm nan ren, Edisyon 1996
National Kidney Foundation

Se revizyon:

Jacqueline Ferrer, ARNP
Wanda Alverio, RD, LD/N, CDE

Enfòmasyon sa pibliye pa:

Edikasyon malad la
© 07/02, 11/07 Jackson Health System