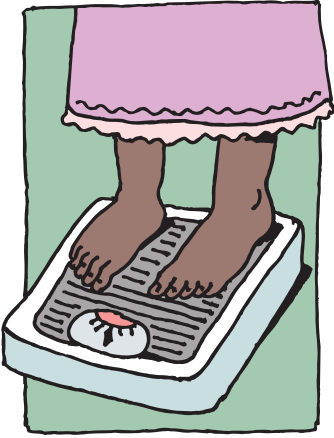


# جدول العناية بالسكري اعتني بنفسك



## كل 3 أشهر

- مراجعة طبيبك المختص
- إجراء فحص السكر التراكمي (إذا كانت قراءات السكر عالية لديك)
- قياس ضغط الدم
- قياس الوزن
- فحص عام للقدمين



## كل 6 أشهر

- إجراء فحص السكر التراكمي (إذا كانت قراءات السكر طبيعية)
- إجراء فحص للأسنان واللثة لدى طبيب الأسنان

## سنويًا

- فحص عام لدى الطبيب
- فحص شامل للقدمين
- فحص لمستوى الكوليسترول والدهون في الدم
- فحص شامل للعينين لدى طبيب العيون
- أخذ لقاح الإنفلونزا
- فحص لوظائف الكلى

