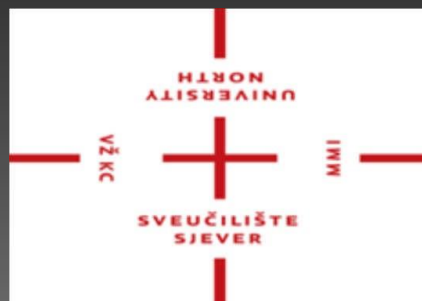
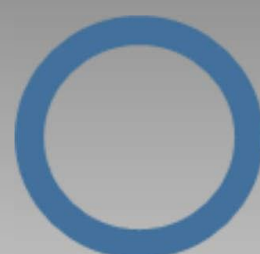




14. STUDENI, SVJETSKI DAN DIJABETESA



**PREPOZNAJTE NA VRIJEME
SIMPTOME DIJABETESA**

UČESTALO MOKRENJE	GUBITAK TJELESNE TEŽINE	PRETJERANA ŽEĐ	VRTOGLAVICA
RANI SIMPTOMI DIJABETESA			
PRETJERANA GLAD	TRNCI U NOGAMA I RUKAMA	UMOR I SLABOST	ZAMAGLJEN VID

**Ako imate jedan ili više rizika provjerite
šećer u krvi!**

Šećerna bolest tip 2 u obitelji		Tjelesna neaktivnost	
Nezdrava prehrana		Prekomjerna tjelesna težina	

**SAZNAJTE SPADATE LI I VI U RIZIČNU SKUPINU ZA
NASTANAK OVE KRONIČNE
I NEIZLJEČIVE BOLESTI???**

**ZNATE LI KAKO SPRIJEČITI
DIJABETES???**

Zdrava ishrana	Aдекватna tjelesna aktivnost	Održavanje normalne tjelesne težine	50%

