

Профилактика сахарного диабета

контроль глюкозы
в крови натощак

занятия
спортом



здоровое питание
(низкоуглеродная диета)

отказ от
вредных привычек



своевременные
проф.осмотры

соблюдение
назначений врача

снижение
влияния стрессов

соблюдение режима сна и отдыха