

Cách Chăm Sóc Bản Thân Thường Xuyên

9 điều cần làm mỗi ngày để chăm sóc cho bệnh tiểu đường



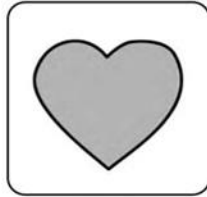
Kiểm tra lượng đường trong máu



Vận động



Chế độ ăn kiêng hợp lý



Chăm sóc sức khỏe Tim mạch



Uống thuốc đều đặn



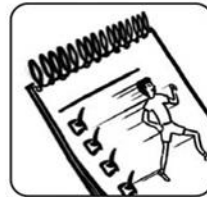
Kiểm tra bàn chân



Chăm sóc Răng miệng



Kiểm soát sự căng thẳng



Tạo ra kế hoạch sinh hoạt lành mạnh