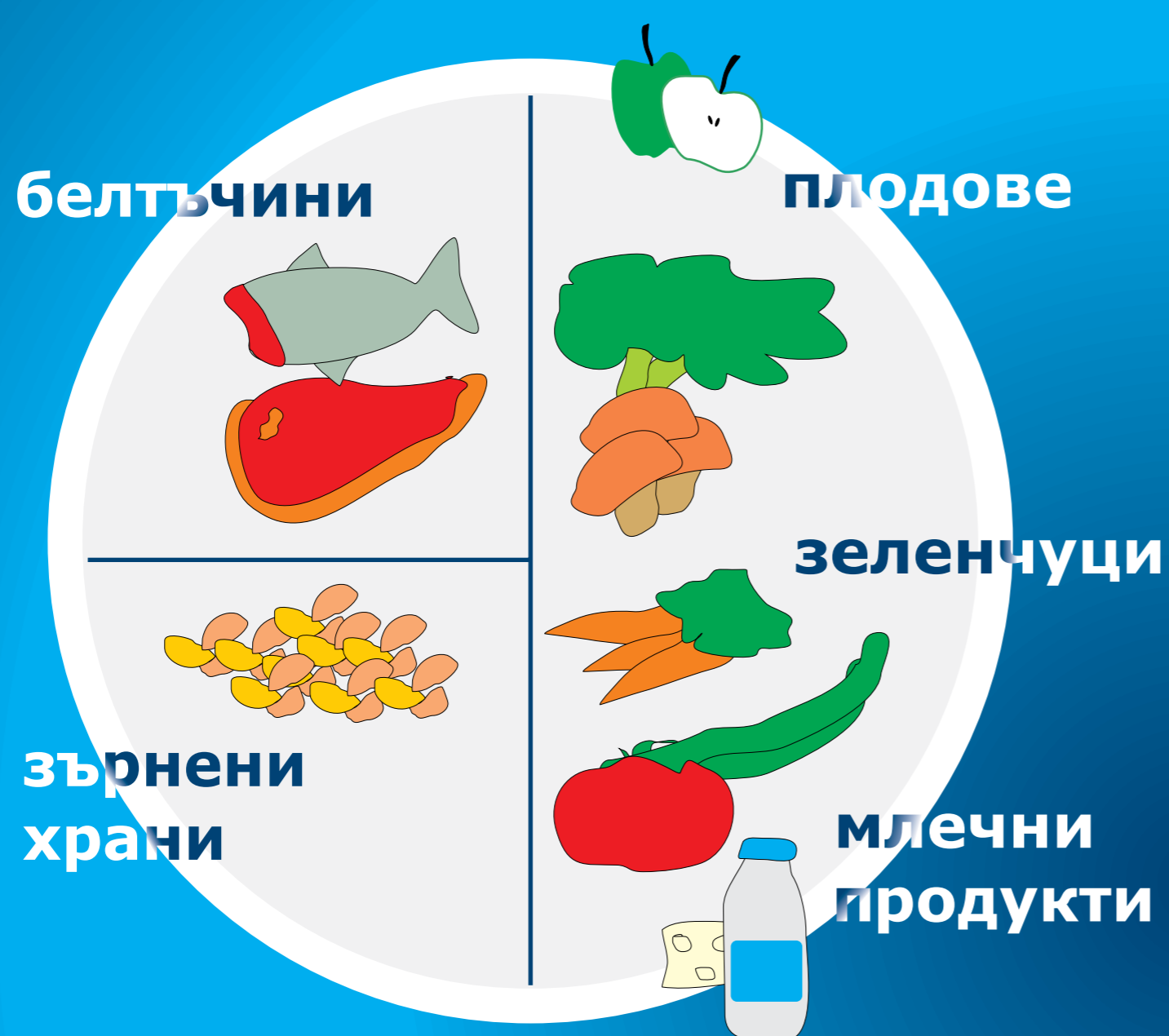


Световен ден за борба с **диабета**
14 ноември

Да защитим нашето бъдеще

Да се храним
здравословно



Да се движим
редовно



Да поддържаме добър контрол на диабета

Кръвна захар на гладно: **4-7 ммол/л¹**
Кръвна захар след хранене **< 10 ммол/л¹**
Гликиран хемоглобин (**HbA_{1c}**) **< 7%^{2*}**

*Препоръчителните стойности на HbA_{1c} са индивидуални и се определят от лекуващия лекар.

Референции: 1. <http://www.idf.org/print/worlddiabetesday/toolkit/pwd/self-monitoring> 2. <http://www.idf.org/global-guideline-type-2-diabetes-2012>