

Tiểu đường loại 1 là gì?

Tiểu đường loại 1 xảy ra khi tụy tạng không thể tạo ra insulin nữa. Insulin là 1 hoóc-môn hoạt động như chìa khóa mở, giúp đường glucose từ thực phẩm chúng ta ăn đi vào dòng máu và cung cấp năng lượng đến các tế bào cơ. Việc này làm tăng mức đường glucose trong máu. Tiểu đường loại 1 thường được phát hiện ở tuổi niên thiếu hay tráng niên, nhưng có thể xảy ra ở bất kỳ độ tuổi nào.

Các triệu chứng

- Khát nước
- Sụt cân
- Đi tiểu nhiều
- Thiếu nước
- Mệt rã rời
- Đau bụng
- Thường cảm thấy không khỏe

Các triệu chứng của tiểu đường loại 1 có thể phát triển nhanh ở trẻ em và cần chăm sóc y tế khẩn cấp!



Nguyên nhân gây ra tiểu đường loại 1

Một số người mang gen di truyền làm họ dễ bị tiểu đường loại 1 hơn. Tuy nhiên, bệnh chỉ tiến triển ở những người này khi một yếu tố nào đó tác động đến hệ miễn nhiễm, phá hủy các tế bào tạo ra insulin trong tụy tạng. Các tác động này được cho là do các yếu tố tự nhiên, nhưng hiện vẫn chưa được hiểu rõ.

Chế ngự Tiểu đường Loại 1

- Cung cấp insulin bằng tiêm chích hay ống bơm insulin - mỗi ngày suốt đời
- Theo 1 kế hoạch ăn uống lành mạnh, bao gồm các bữa ăn đều đặn có thực phẩm carbohydrate.
- Năng vận động thể chất
- Xét nghiệm mức đường glucose trong máu vài lần mỗi ngày
- Khám định kỳ với nhóm kiểm soát tiểu đường, bao gồm một số hay tất cả những người sau: bác sĩ chuyên khoa tiểu đường, nhà giáo dục tiểu đường, nhà dinh dưỡng, nhân viên công tác xã hội, và nhà tâm lý.

**Để biết thêm chi tiết, hãy gọi số 1300 136 588,
hay vào trang mạng: www.diabeteskidsandteens.com.au**

Cần người thông dịch?

Một dịch vụ thông dịch qua điện thoại miễn phí cho những người gặp khó khăn hiểu hay nói tiếng Anh. Có dịch vụ này thông qua Tổ chức Phiên dịch và Dịch thuật (TIS) thuộc Bộ Di trú, Đa văn hóa và Bản địa Sự vụ (DIMIA).

TIS có các thông dịch viên chuyên nghiệp cho gần 2000 ngôn ngữ và tiếng địa phương, và có thể đáp ứng ngay hầu hết các yêu cầu.

Tiếp cận 1 thông dịch viên:



1. Chỉ cần quay số 131 450 cho Dịch vụ Phiên dịch qua điện thoại.

2. Giải thích mục đích cuộc gọi, như muốn nói chuyện với một nhà giáo dục/chuyên gia dinh dưỡng ở Diabetes Australia.

3. Người trực tổng đài sẽ nối máy quý vị đến một thông dịch viên nói ngôn ngữ được yêu cầu và đến chuyên gia sức khỏe Diabetes Australia trong một cuộc thoại ba chiều.

Dịch vụ miễn phí này được Diabetes Australia thiết lập, và sẽ được trợ giúp từ Bộ Y tế và Cao niên (Department of Health and Ageing) của chính phủ Úc.