

# 控糖4招



## 第1招

測量糖化血色素



## 第2招

定期測量血壓



## 第3招

血脂檢查



## 第4招

遵醫囑  
規律服藥

規律運動、飲食控制及維持正常體重等健康生活型態，配合自我血糖監測及醫師指示正確用藥，可有效控制血糖，預防或減緩糖尿病併發症，如中風、心臟病、腎臟病變及眼睛病變等疾病的發生。

