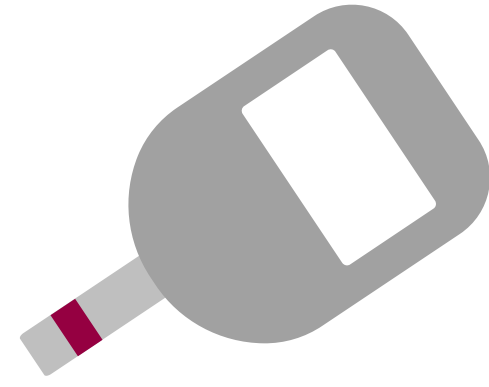


# Diyabetli kişilerin oruç tutarken nelere dikkat etmesi gerekir?



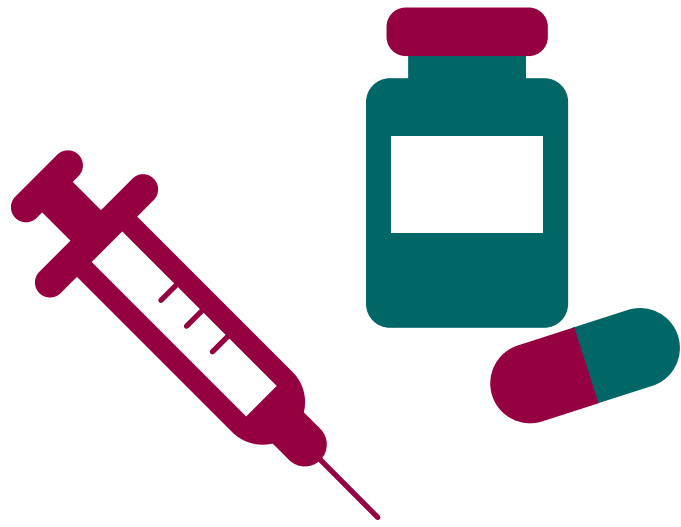
Günlük hafif veya orta dereceli **egzersiz**



**Kan şekerinin**  
düzenli kontrolü

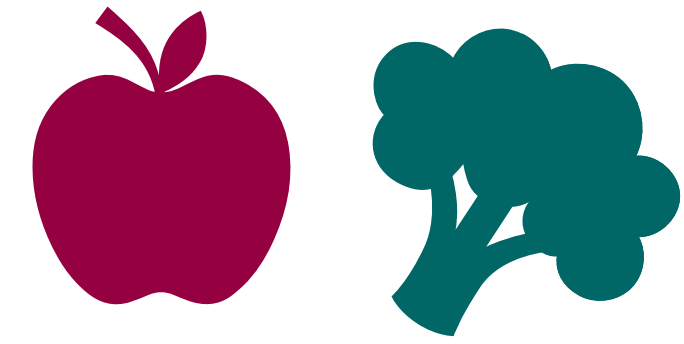


Tedaviyi yürüten hekimle birlikte **bireyselin** riskin tartışılması ve değerlendirilmesi



Gerekirse tedaviyi yürüten hekime danışarak **ilacı / ilaçların** ayarlanması:

- Doz
- İlacı / ilaçları alma zamanı
- İlaçların türleri



**Beslenme:**

- Sağlıklı yiyeceklerin tercih edilmesi
- İftarda aşırı yemekten kaçınılması