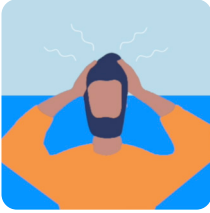


STRESS PÅ GRUND AF DIABETES



STRESS PÅ GRUND AF DIABETES



Når du har diabetes, kan du opleve stress på grund af din sygdom, også kaldet diabetes distress. Diabetes har stor indflydelse på din mentale sundhed. Diabetes er altid med dig, du har aldrig ferie fra diabetes. Én ud af tre personer med diabetes lider af stress på grund af diabetes.



Diabetes distress kan forårsage frustration, frygt, vrede, usikkerhed, anspændthed, nedtrykthed og/eller skyldfølelse. Det kan få dig til at passe mindre godt på dig selv eller tværtimod til at bruge meget tid på din diabetes og stille (for) strenge krav til dig selv.



Lider du af stress på grund af diabetes?

Kontakt din læge. Sammen kan I drøfte løsninger eller foretage justeringer i din behandlingsplan. En psykolog eller en praksissygeplejerske inden for psykiatri kan om nødvendigt hjælpe dig yderligere.

FÅ MERE INFORMATION
OM STRESS PÅ GRUND
AF DIABETES VIA
DENNE QR-KODE.

