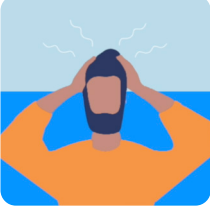


DİYABET ŞEKER HASTALIĞI SIKINTISI STRES



DİYABET (ŞEKER HASTALIĞI) SİKINTISI STRES



Diyabet kaynaklı stres, (diyabet sıkıntısı olarak da adlandırılır) şeker hastalığı olan kişilerin karşılaşılabileceği bir durumdur. Diyabetin mental sağlık üzerinde de pek çok etkisi vardır. Diyabet her zaman yanınızdadır, diyabetten asla ara veremezsiniz. Diyabet hastası olan üç kişiden biri, diyabet kaynaklı stres yaşamaktadır.



Diyabet sıkıntısı, karamsarlık, kaygı, kızgınlık, kararsızlık, gerilim, bıkkınlık veya suçluluk hissine neden olabilir. Kendinize iyi bakmamanıza ya da aksine diyabet konusu ile çok ilgilenerek kendiniz için (çok) katı kurallar koymanıza neden olabilir.



Diyabet kaynaklı stres sorununuz mu var?

Bu durumda doktorunuzla iletişime geçiniz. Birlikte çözümler belirleyebilir ya da tedavi planınızda değişiklikler yapabilirsiniz. Gerekirse, GGZ'den bir psikolog ya da doktor yardımcısı size ekstra yardım verebilir.

BU QR-KODU İLE
DİYABET KAYNAKLI
STRES KONULU
VIDEOYU İZLEYİN

