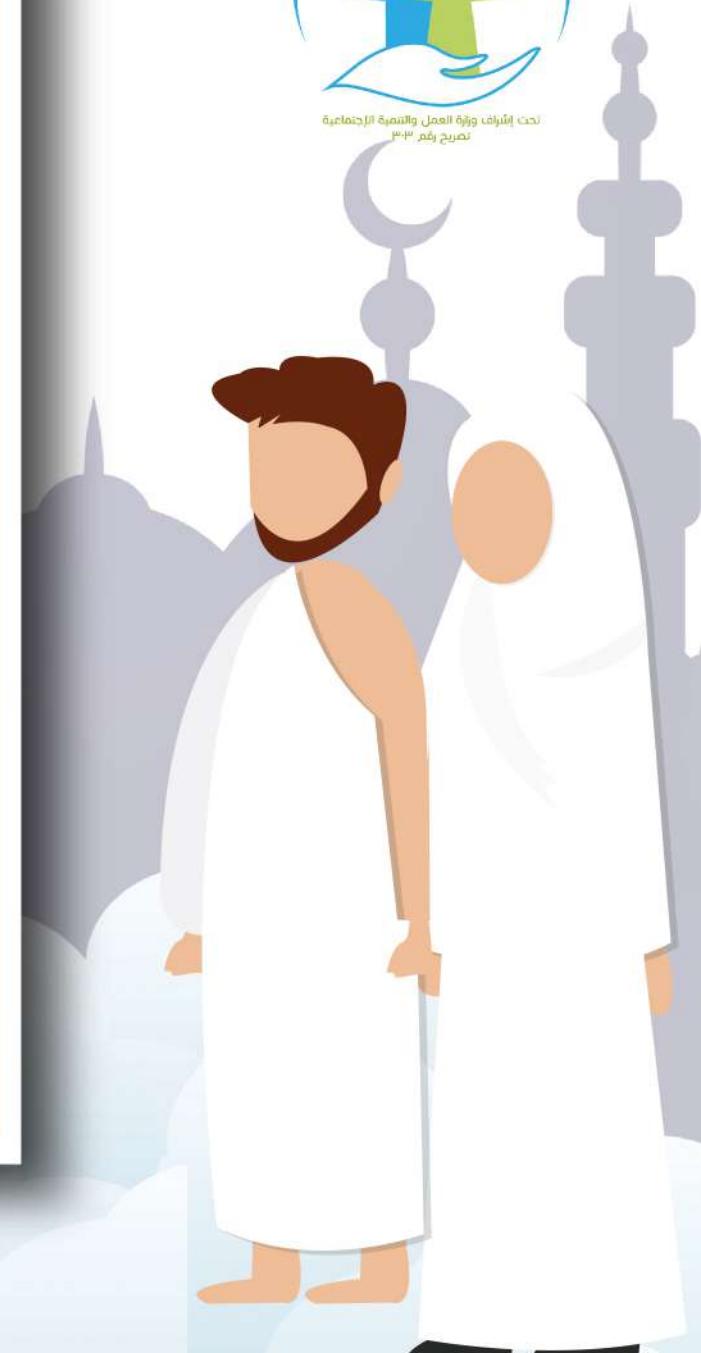




# أُخْيٰ لِلْيَمِّع.. أُخْيٰ لِلْيَاجِة

قبل أداء فريضة الحج

عليك مراجعة الطبيب المعالج  
للحصول على تقرير بالحالة  
المريدة والعلاج المستخدم  
بالإضافة إلى التزود بما يكفي  
من العلاج خلال فترة الحج.





# أخي لاجع.. أخي لاجع

قبل أداء فريضة الحج

عليك زيارة أخصائية التشخيص  
المهدي السكري لمعرفة أعراض  
ارتفاع وانخفاض السكري  
وكيفية علاجهما





# أخي لاجع.. أخي لاجع

قبل أداء فريضة الحج

عليك زيارة أخصائية التغذية  
لأخذ الإرشادات الغذائية  
والبرنامج الغذائي الذي يتلائم  
مع فترة الحج .





# أخي لاجع.. أخي لاجع

قبل أداء فريضة الحج

يجب عليك أخذ التطعيمات  
اللزامية لضمان سلامتك أثناء  
أداء فريضة الحج .





# أخي لِمَاجِع.. أخني لِمَاجِع

قبل أداء فريضة الحج

قم بتجهيز حقية مريض  
السكري

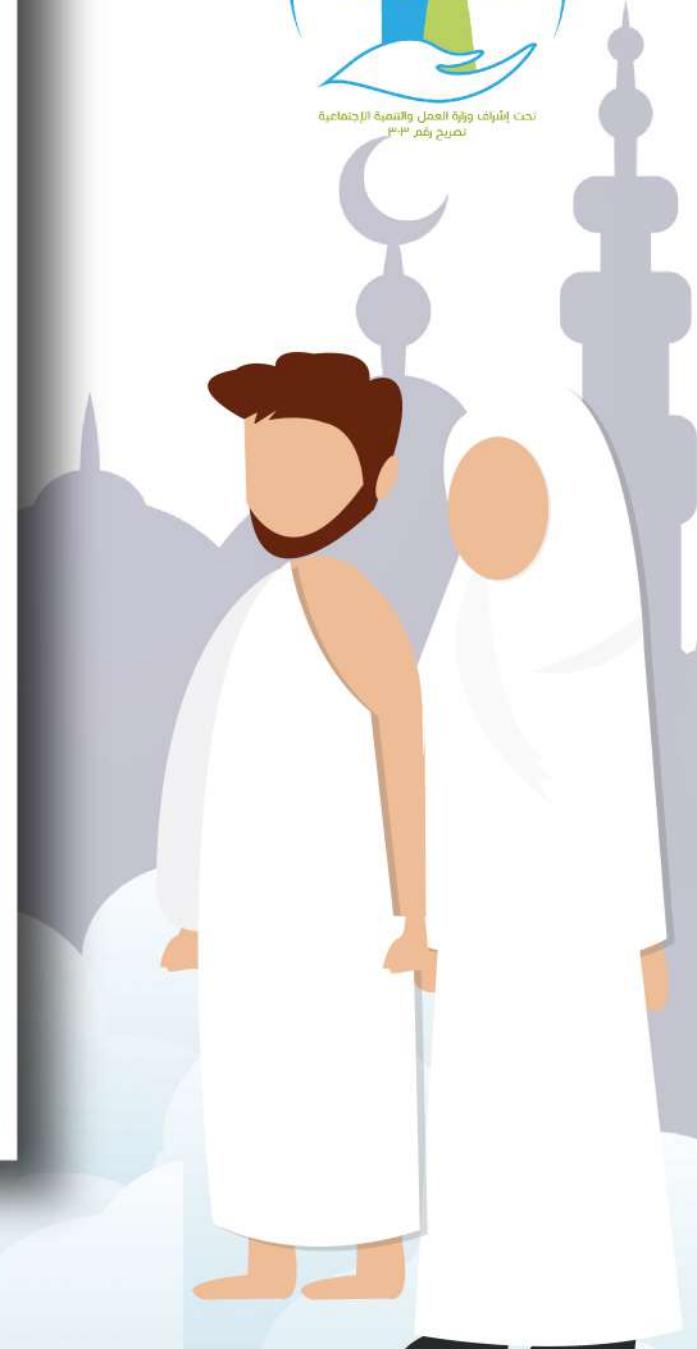


# أخي لاجع.. أخي لاجع

قبل أداء فريضة الحج

محتويات دقيبة مريض السكري هي:

- بطاقة تعريف مريض السكري توجد فيها بيانات المريض وأرقام التواصل.
- نوع العلاج المستخدم.
- كيفية اسعاف المريض في حالة الغيبوبة .



# أُخْيِي لِلْيَمِّع.. أُخْيِي لِلْيَاجِه

قبل أداء فريضة الحج

- محتويات دقيبة مريض السكري هي:
- جهاز تحليل السكري .
  - أشرطة التحاليل .
  - مسحات طيبة .
  - بطاريـات اضافـية .
  - دفتر المتابـعة الـيـومـية .





# أخي لطاع.. أخي لطاعة

قبل أداء فريضة الحج

محتويات دقيبة مريض السكري هي:  
- الحبوب الخافضة للسكري .  
- انسولين .  
- ابر الحقن سواء ابر رؤوس الاقلام  
أو السرنجات .



# أخني لـ الحاج.. أخني لـ الحاجة

قبل أداء فريضة الحج

محتويات دقيبة مريض السكري هي:

- عصير .
- عسل .
- اقراس الجلوكوز .
- قطع من الحلوي القاسية لعلاج الانخفاض.
- بعض الوجبات الخفيفة (ساندويش ، حليب ، تفاحة ) لتفادي حدوث الانخفاض أو لتناولها بعد الانخفاض.





# أُخْيِي الْيَمِيعُ.. أُخْيِي الْيَاجِعُ

قبل أداء فريضة الحج

عليك أخذ مظلة لحمايتك  
من ضربات الشمس.





# أُخْيِي لِلْيَمِّع.. أُخْيِي لِلْيَاجِة

عند أداء شعيرة الطواف والسعي

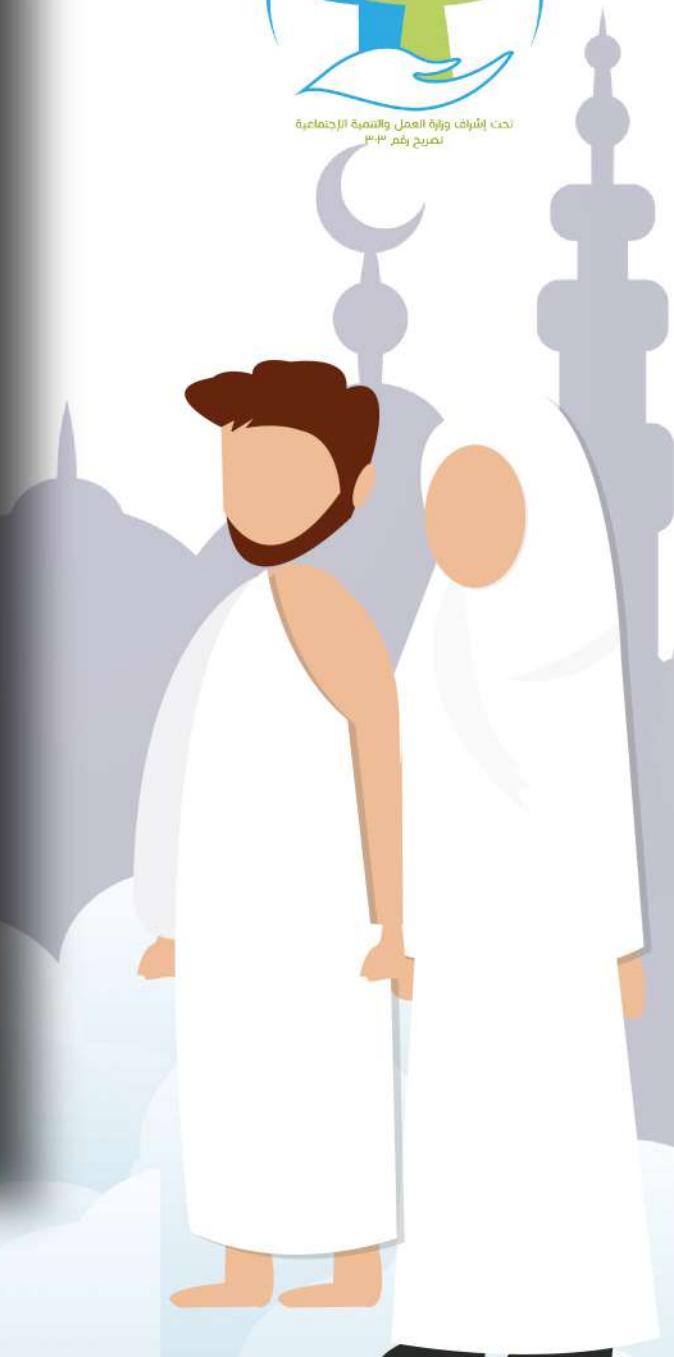
عليك قياس نسبة السكر في  
الدم لتفادي حدوث انخفاض  
في مستوى السكر.



# أُخْيِي لِلرَّاجِعِ.. أُخْيِي لِلرَّاجِعِ

عند أداء شعيرة الطواف والسعى

تناول وجبة خفيفة قبل أو أثناء  
أو بعد الطواف والسعى إذا كان  
مستوى السكر 100 ملجم/أو  
أقل لتفادي دخول انخفاض في  
مستوى السكر.





# أخي لطيف.. أخي لطيفة

عند النفرة إلى مزدلفة

عليك قياس نسبة السكر في  
الدم وتناول وجبة خفيفة  
لتفادى حدوث انخفاض في  
مستوى السكر.





# أُخْيِي الْمَاجِعُ.. أُخْيِي الْمَاجِعُ

عند أداء شعيرة الطواف والسعي

احرص على اختيار الوقت المناسب حيث يكون الجو بارد نسبياً واحمل معك المظلة دائمًا.





# أُخْيٰ لِلْيَمِّع.. أُخْيٰ لِلْيَاجِة

عند أداء شعيرة الطواف والسعي

عليك تجنب الزحام والمحافظة  
على سلامتك قدميك.





# أُخْيٰ الْحَاجِ.. أُخْيٰ الْحَاجِ

عند أداء شعيرة الطواف والسعي

عليك فحص قدميك دوريًا  
والعناية بهما.





# أخي لاجع.. أخي لاجع

عند أداء فريضة الحج

لاتنسو التزود بما يكفي من الماء  
والالتزام النظام الغذائي الصحي.





# أخي لاجع .. أخي لاجع

عند الوقوف بعرفة

لاتنسوا حمل المظلة للوقاية  
من أشعة الشمس ، شرب الماء  
بكمية كافية ، قياس مستوى  
السكر ، الابتعاد عن الزحام  
قدر المستطاع .

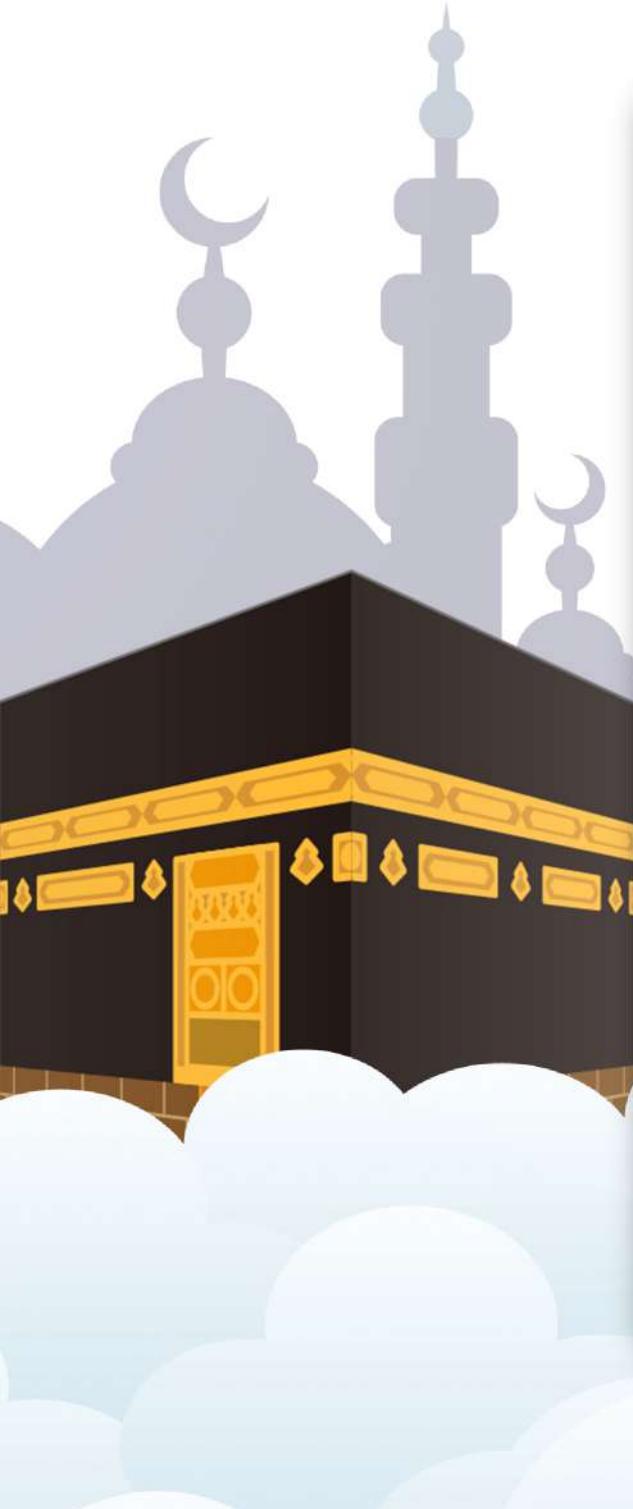




# أخي لابع.. أخي لابع

عند أداء فريضة الحج

لابد من الانتظام على أخذ  
العلاج الموصوف

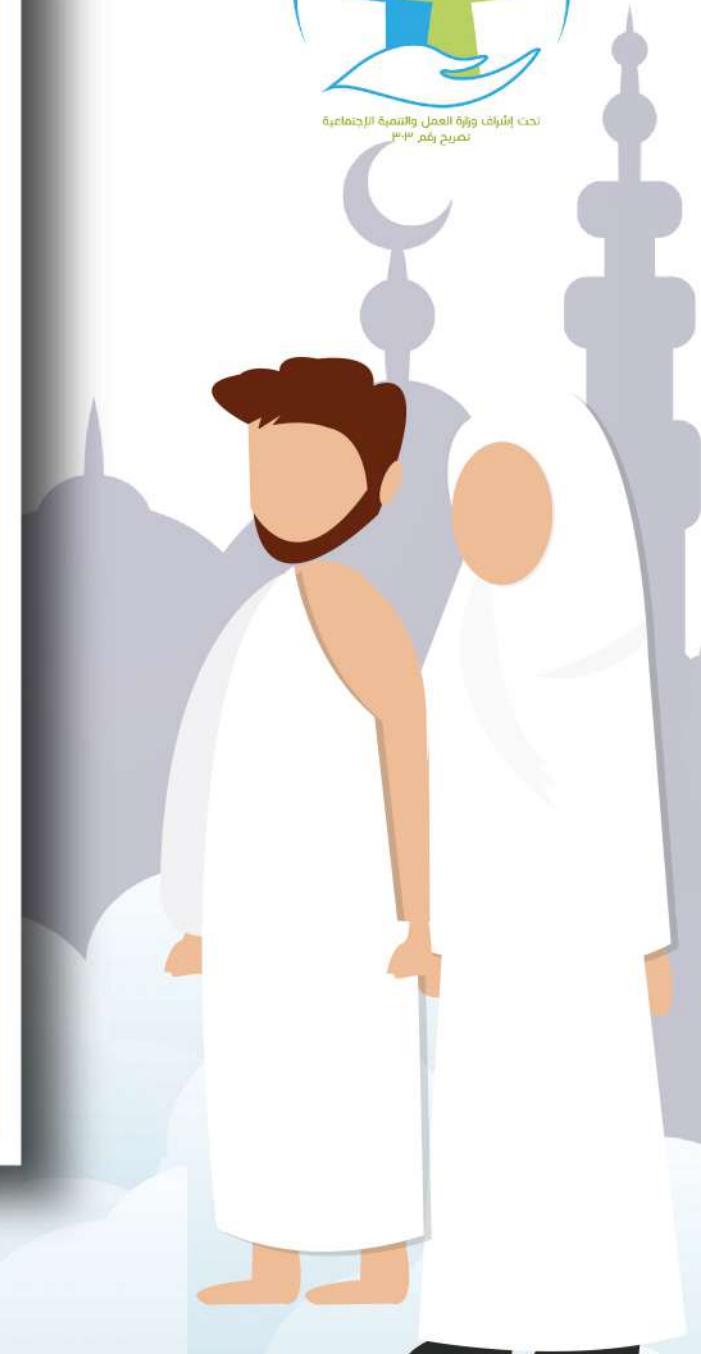




# أُخْيٰ الْيَمِّعُ.. أُخْيٰ الْيَاجِعُ

عند أداء فريضة الحج

يجب حفظ الانسولين في  
الحافظة المخصصة له وعدم  
تعريفه للحرارة أو الشمس.





# أُخْيِي الْيَمِيعُ.. أُخْيِي الْيَاجِعُ

عند أداء فريضة الحج

يجب حفظ العلاج الموصوف  
بعيًداً عن الحرارة وعن أشعة  
الشمس.

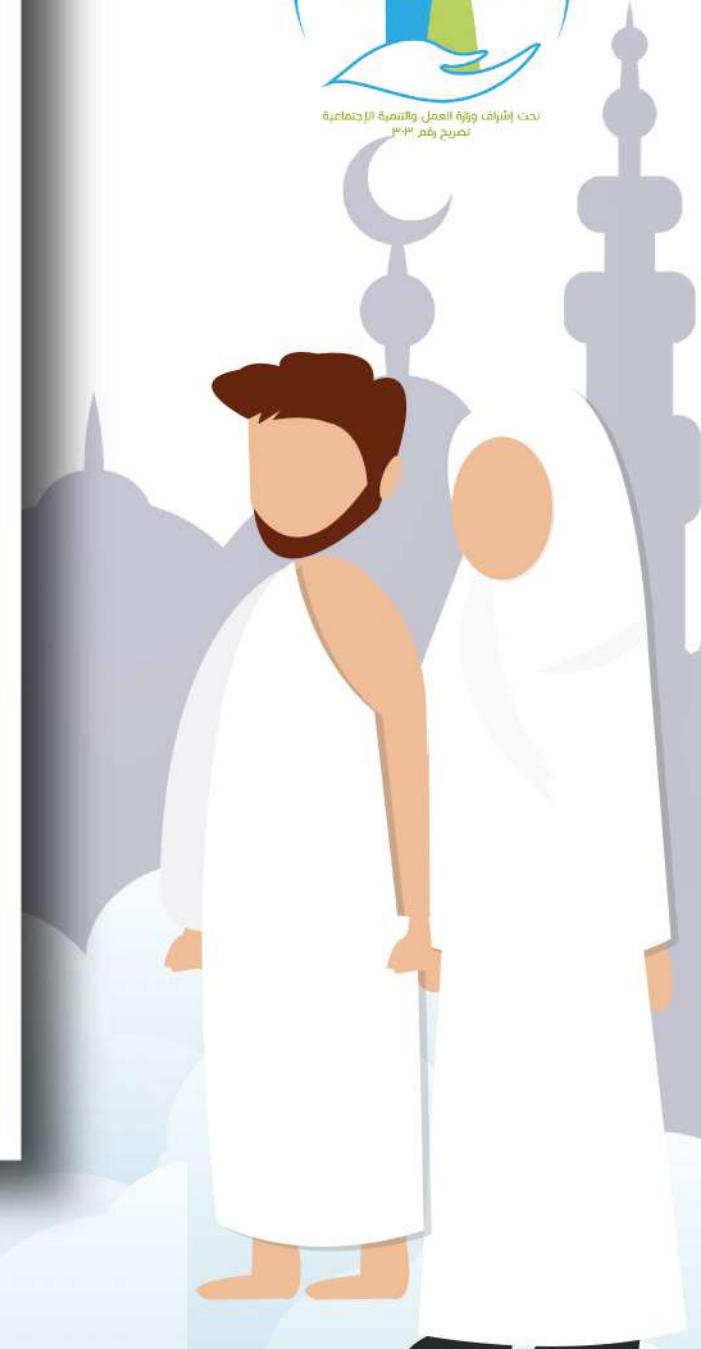




# أُخْيِي الْيَمِيعُ.. أُخْيِي الْيَاجِعُ

عند أداء فريضة الحج

احرص / احرص  
على لبس اسورة أنا مريض  
سكري  
أو حمل بطاقة أنا مريض سكري



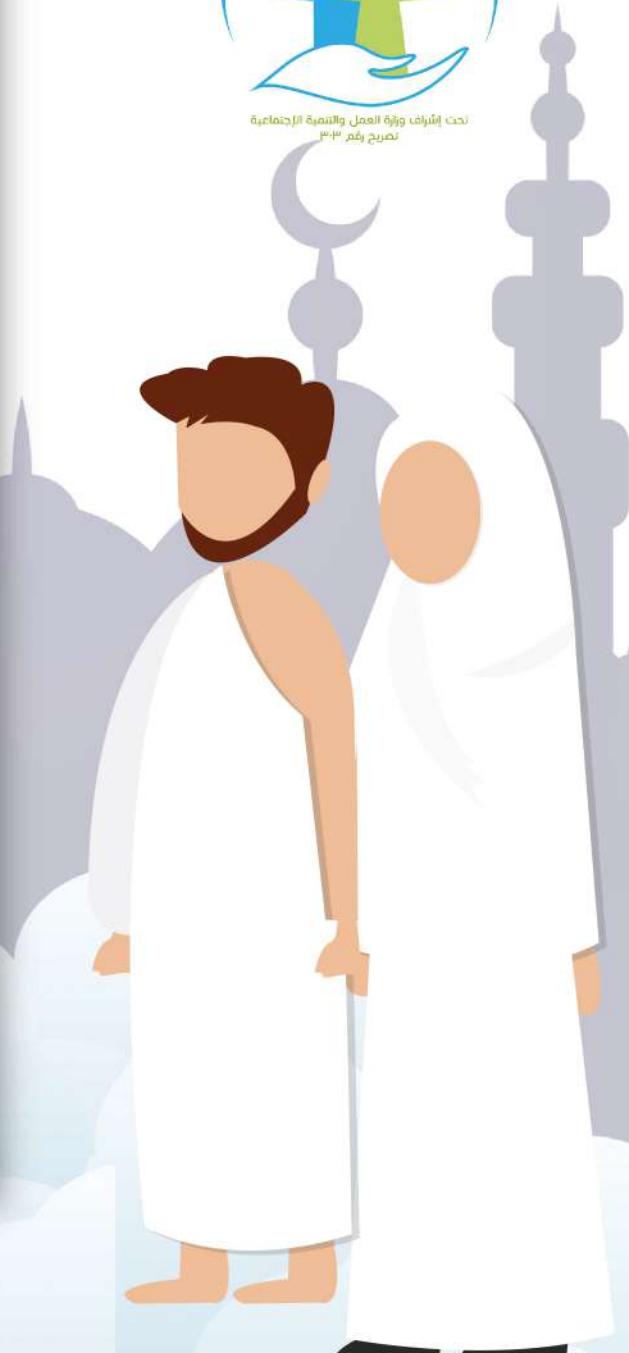


# أُخْيِي الْيَمِيع.. أُخْيِي الْيَاجِعَة

عند أداء فريضة الحج

كن/كوني

دائماً مع مرافق يعلم بحالتك  
الصحية





# أخي لِحَاجَةٍ .. أخِي لِحَاجَةٍ

حجًّا مبرور وسعيًا  
مشكور وعملاً متقبلاً  
مغفور بإذن الله

جمعية أصدقاء مرضى السكري بجدة

