

**"Iti diabetes ket nadagsen a sakit, ngem mabalinmo a tenglem iti idadagsenna."**



Ammoyo a ti diabetes iti kangrunaan a gapu iti panagbulsek dagiti nataengan, saan a nasayaat a panagtrabaho dagiti bato ken gapu iti pannakaputed dagiti saka wenno gurong?

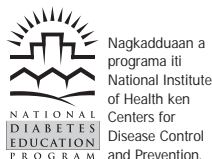
Dumakdakkal a parikut iti diabetes kadagiti Filipino Amerikano. Ngem mabalinmo a tenglen daytoy ket agtalinaed ka a nasalun-at ita ken iti masakbayan - babaen iti panangtengel mo iti tukad ti asukar iti daram..

Pagtalinaedem a kalalainganna iti asukar iti daram babaen iti panagpiliim kadagiti pangpasalun-at a mak-makan ken babaen iti regular nga panangwatwat. Tumaren dagiti agasmo nga imbalakad iti doktor ken regular koma iti panangalam iti tukad ti asukar iti daram.

Tenglem ta diabetes mo. Sumayaat iti riknam ken maaddaan ka pay iti ad-adu a siglat. Ti pagsayaatanna unay isu iti pannaka-kessay iti parikut mo maipanggep ita salun-at mo iti masakbayan.

*Tenglem ta diabetes mo. Agpaay iti nasayaat ken napaut a biag.*

Awagam iti 1-800-438-5383 wenno sarungkanan iti website iiti <http://ndep.nih.gov> tapno manayanun pay iti adal mo.



Nagkadduaan a programa iti National Institute of Health Ken Centers for Disease Control and Prevention.

PAGILIAN A PANAGSERBI DAYTOY A WARNAKAN

2 1/16" x 10"

**"Iti diabetes ket nadagsen a sakit, ngem mabalinmo a tenglem iti idadagsenna."**



Tumawag para sa karagdagang kaalaman sa 1-800-438-5383 o kaya ay dalawin ang web site sa <http://ndep.nih.gov>.



Nagkadduaan a programa iti National Institute of Health ken Centers for Disease Control and Prevention.

Natatalos ba ninyo na ang diyabetis ay pangumahing sanhi ng pagkabalug ng matatanda, panghihina ng bato, at pagputol ng paa o bahagi ng paa?

Ang diyabetis ay lumalaking suliranin para sa mga Amerikanong Pilipino. Nguni't kaya ninyong sugpuin ang inyong diyabetis at manatiling malusog - sa pamamagitan ng pamamahala sa bilang ng matamis sa inyong dugo.

Pamalagiing karaniwan ang bilang ng matamis sa inyong dugo sa pamamagitan ng pagpili ng pagkaing pampalusog at palagiang maliksing pagkilos. Inumin ang gamot na inihatol at laging suriin sa takdang saglit ang bilang ng matamis sa inyong dugo.

Pamahalaan ang inyong diyabetis. Magiging mabuti ang inyong pakiramdam at magkakaroon ng ibayong lakas. At mahalaga sa lahat, maiiwasan ninyo ang pagkakaroon ng malubhang suliraning pangkalusugan sa hinaharap na panahon.

*Tenglem ta diabetes mo. Agpaay iti nasayaat ken napaut a biag.*

PAGILIAN A PANAGSERBI DAYTOY A WARNAKAN

4 1/2" x 5 1/4"

**"Iti diabetes ket nadagsen a sakit, ngem mabalinmo a tenglem iti idadagsenna."**



Tenglem ta diabetes mo. Sumayaat iti riknam ken maaddaan ka pay iti ad-adu a siglat. Ti pagsayaatan na unay isu iti pannaka-kessay iti parikut mo maipanggep iti salun-at mo iti masakbayan.

*Tenglem ta diabetes mo. Agpaay iti nasayaat ken napaut a biag.*

Nagkadduaan a programa iti National Institute of Health Ken Centers for Disease Control and Prevention.



PAGILIAN A PANAGSERBI DAYTOY A WARNAKAN

4 1/2"x 2"

**"Iti diabetes ket nadagsen a sakit, ngem mabalinmo a tenglem iti idadagsenna."**



Tenglem ta diabetes mo. Sumayaat iti riknam ken maaddaan ka pay iti ad-adu a siglat. Ti pagsayaatan na unay isu iti pannaka-kessay iti parikut mo maipanggep iti salun-at mo iti masakbayan.

*Tenglem ta diabetes mo. Agpaay iti nasayaat ken napaut a biag.*



Nagkadduaan a programa iti National Institute of Health Ken Centers for Disease Control and Prevention.

PAGILIAN A PANAGSERBI DAYTOY A WARNAKAN

2 1/16"x5 1/4"

# "Iti diabetes ket nadagsen a sakit, ngem mabalinmo a tenglem iti idadagsenna."

Ammoyo a ti diabetes iti kangrunaan a gapu iti panagbulsek dagiti nataengan, saan a nasayaat a panagtrabaho dagiti bato ken gapu iti pannakaputed dagiti saka wenno gurong? Deg-degan na pay iti panagsakit iti puso ken pannaka-atake.

Dumakdakkal a parikut iti diabetes kadagiti Filipino Amerikano. Ngem mabalin mo a tenglem daytoy ket agtalinaed ka a nasalun-at ita ken iti masakbayan - babaen iti panangtengel mo iti tukad ti asukar iti daram.

Naimatangak no kasano nga agbaliw iti rikna dagiti pasientek babaen iti panangtengel da iti asukar ti darada. No adda sakit mo a diabetes, pagtalinaedem a kalalainganna iti tukad ti asukar iti daram babaen iti panagpilim kadagiti pangpasalun-at a mak-makan ken babaen iti regular a panangwatwat. Tumarem dagiti agasmo nga imbalakad ti doktor ken regular koma iti panangalam iti tukad ti asukar iti daram. No adda am-ammom nga adda sakit na met a diabetis, itedmo iti umno a pammalakad tapno matengel iti tukad ti asukar iti darada.



Tenglem ta diabetes mo. Sumayaat iti riknam ken maada-an ka pay iti ad-adu a siglat. Ti pagsayaatanna unay isu iti pannaka-kessay iti parikut mo maipanggep iti salun-at mo iti masakbayan.

Tenglem ta diabetes mo. Agpaay iti nasayaat ken napaut a biag. Awagam iti 1-800-438-5383 wenno sarungkaram iti website iti <http://ndep.nih.gov> tapno manayunan pay ti adal mo.

*Tenglem ta diabetes mo. Agpaay iti nasayaat ken napaut a biag.*



Nagkadduaan a programa iti National Institute of Health ken Centers for Disease Control and Prevention.

Control your diabetes.  
*For Life.*

**PAGILIAN A PANAGSERBI DAYTOY A WARNAKAN**