

ŞƏKƏRLİ DİABETDƏN ƏZİYYƏT ÇƏKƏN ŞƏXSLƏR COVID-19 VİRUSUNUN RİSK QRUPUNA DAXİLDİR



**Bu şəxslər qidalanarkən
xüsusi qaydalara əməl etməlidir**



Şəkər və şəkərli qidalardan uzaq durmalı



**Düyü və düyüdən hazırlanmış yeməkləri
qida rasionundan çıxarmalı**



**Konservləşdirilmiş meyvə və turşulardan
imtina etməli**



**Buğda unundan deyil, çovdar unundan və ya
tam taxıldan hazırlanmış çörək istehlak etməli**



**Meyvə şirəsi əvəzinə təbii meyvələrə üstünlük
verməli**



**Çox yağlı və qızardılmış ət əvəzinə buxarda və
ya sobada bişmiş ət məhsullarına üstünlük
verməli**