

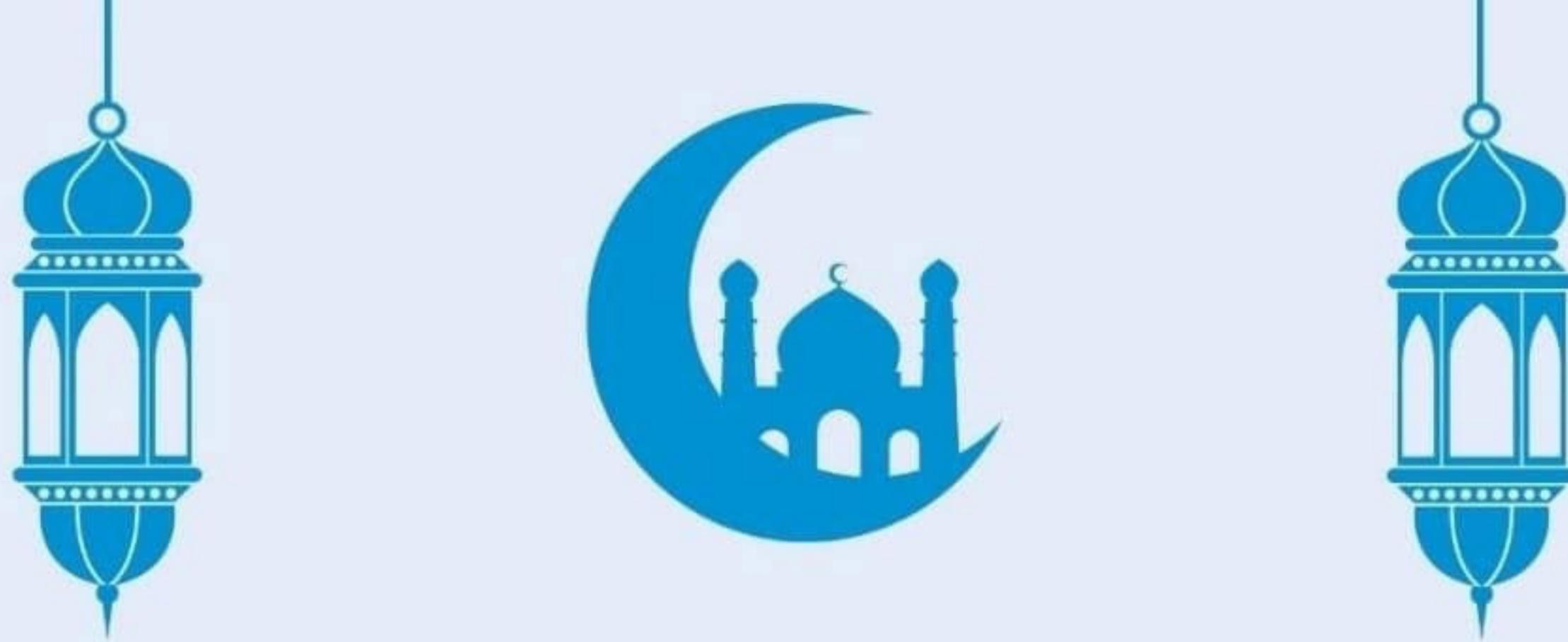


## متى تفطر خلال ساعات الصيام؟

- إذا حدث انخفاض شديد في مستوى السكر أقل من 70 ملليجرام.
- أو إذا أدرست بالأعراض الآتية:

- |                        |                          |
|------------------------|--------------------------|
| ◦ فقدان في الوعي       | ◦ دوخة شديدة             |
| ◦ شدوب في لون الوجه    | ◦ عرق غزير               |
| ◦ تشنجات أو رعشة       | ◦ زيادة في ضربات القلب   |
| ◦ عرق وبرودة في اليدين | ◦ صداع وزغالة في العينين |
| ◦ إرهاق شديد           | ◦ فقدان التركيز          |
|                        | ◦ تميل في الوجه والشفتين |





## نصائح مفيدة

\*عند قياس السكر إذا كان أكثر من 300 فافطر على الفور .

\*حاول التحليل بواسطة الجهاز المنزلي وإذا انخفض السكر عن 70 مليجرام أو لم تستطع التحليل فافطر على الفور بتناول نصف كوب عصير أو مية غازيه أو 5 ملاعق صغيرة سكر في نصف كوب ماء .

