

## Rượu và Bệnh Tiểu Đường



### Lưu ý:

- Hãy nhận biết là rượu có thể gây hạ đường huyết (đường trong máu thấp).
- Nếu quý vị muốn uống rượu, nhớ phải có gì ăn cùng.
- Không uống rượu lúc bụng đói.
- Rượu tăng thêm calo.

### Mẹo:

- Tránh các loại rượu vang, rượu mùi và đồ uống hỗn hợp ngọt vì hàm lượng đường cao.
- Các loại đồ uống chấp nhận được là đồ uống có ga, soda câu lạc bộ, nước khoáng hoặc nước thuốc bổ.



Kiểm tra với bác sĩ trước khi uống rượu.