



## Puasa dan Diabetes

[Read More](#)

**SKU:**

**Price:** Rp 114,800

**Categories:** [Kesehatan](#)

### Product Description

Populasi penduduk Indonesia mayoritas beragama Islam dan puasa menjadi kewajiban yang wajib dijalani. Sejatinya, puasa dan kesehatan memiliki keterkaitan satu sama lain dan tidak dapat terpisahkan. Penelitian mengungkapkan bahwa puasa dapat memberikan efek yang baik bagi kesehatan, termasuk para penderita DM. Selama ini, penderita DM sering kebingungan untuk menentukan makanan sehat maupun menemukan referensi yang tepat dalam menjalani ibadah puasa, padahal makanan juga dapat menjadi salah satu pencegahan utama dari perkembangan penyakit diabetes dan kunci agar selalu bugar. Buku ini memberikan informasi sederhana tentang DM secara umum, komplikasi yang dapat ditimbulkan oleh penyakit DM, cara mengatasi DM, diet sehat dan panduan sederhana penderita DM dalam menjalani puasa di bulan Ramadhan. Buku ini dapat menjadi panduan sederhana dan pengetahuan tambahan penderita DM dan keluarga agar tetap hidup sehat dan berkualitas. Selain masyarakat awam, buku ini juga direkomendasikan untuk mahasiswa keperawatan yang ingin lebih mendalami tentang DM. Selamat membaca.

---