

*Better  
Together*

## Patient information

### **Smoking and Diabetes**

Diabetes and Endocrinology Directorate

Now that you have been diagnosed with diabetes, giving up smoking is one of the most positive things that you can do to improve your health and reduce your risks of the long-term complications associated with diabetes.

One of the main reasons for this is that smoking narrows your blood vessels.

Diseases of the blood vessels are a potential complication of diabetes, which can cause heart disease, nerve damage (neuropathy), kidney disease (nephropathy) and eye disease (retinopathy).

By smoking, you are increasing your risk of these greatly. So, like maintaining good blood glucose control, eating well, keeping a healthy weight and taking regular exercise, giving up smoking is one of the most beneficial things that you can do for your future health.

## **Further information**

**You can get help on stopping smoking from many different sources. There may be a group in your area; these are often run through GP surgeries or local health education units. Speak to your Practice Nurse or family doctor(GP) for more information.**

**Roy Castle Fag Ends Group**

**Tel: 0800 1952131**

**Quitline – a national helpline for people who want to stop smoking or need advice. Tel: 0800 1690169.**

**The Diabetes Centre**

**Tel: 0151 706 2829**

**Text phone number: 18001 0151 706 2829**

**NHS 111**

**Tel: 111**

**The North West Diabetes UK**

**First floor**

**The Boultings**

**Winwick Street**

**Warrington**

**WA2 7TT.**

**Tel: 01925 653 281**

**Fax: 01925 653 288**

**e-mail [n.west@diabetes.org.uk](mailto:n.west@diabetes.org.uk)**

**Diabetes UK**

**10 Parkway**

**London**

**NW1 7AA**

**Website [www.diabetes.org.uk](http://www.diabetes.org.uk)**

**Author: Diabetes and Endocrinology Department**

**Review date: August 2016**

All Trust approved information is available on request in alternative formats, including other languages, easy read, large print, audio, Braille, moon and electronically.

يمكن توفير جميع المعلومات المتعلقة بالمرضى الموافق عليهم من قبل ائتمان المستشفى عند الطلب بصيغ أخرى، بما في ذلك لغات أخرى وبطرق تسهل قراءتها وبالحروف الطباعة الكبيرة وبالصوت وبطريقة برايل للمكفوفين وبطريقة مون والكترونيا.

所有經信托基金批准的患者資訊均可以其它格式提供，包括其它語言、易讀閱讀軟件、大字

體、音頻、盲文、穆恩體 ( Moon ) 盲文和電子格式，敬請索取。

در صورت تمایل می‌توانید کلیه اطلاعات تصویب شده توسط اتحادیه در رابطه با بیماران را به اشکال مختلف در دسترس داشته باشید، از جمله به زبانهای دیگر، به زبان ساده، چاپ درشت، صوت، خط مخصوص گوران، مون و بصورت روی خطی موجود است.

زانیاری پیوندیدار به نموشانه‌ی له‌لایمن تراسته‌وه پاسهند کراون، نهمگ داوا بکریت له فورماتمکانی تردا بریتی له زماتمکانی تر، نیز ی رید (هاسان خونندنه‌وه)، چاپی گموره، شریتی دهنگ، هیلای موون و نملیکترونیکی هیه.

所有經信托基金批准的患者信息均可以其它格式提供，包括其它语言、易读阅读软件、大字體、音頻、盲文、穆恩體 ( Moon ) 盲文和电子格式，敬請索取。

Dhammaan warbixinta bukaanleyda ee Ururka ee la oggol yahay waxaa marka la codsado lagu heli karaa nuskhado kale, sida luqado kale, akhris fudud, far waaweyn, dhegeysi, farta braille ee dadka indhaha la', Moon iyo nidaam eletaroonig ah.