



*Better
Together*

Patient information

Alcohol and Diabetes

Diabetes and Endocrinology Department

As a general rule there is no need to give up alcohol just because you have been diagnosed with diabetes. Some medications, other than those used to treat diabetes may mean that you should not take alcohol so check with your doctor first.

The principle of sensible drinking applies to people with diabetes: **2 units per day for women and 3 units per day for men.**

One unit =

- ½ pint ordinary strength beer, lager or cider.
- 1 pub measure (50ml) of sherry, vermouth.
- 1 glass of wine (125ml).
- 1 pub measure of spirit (25ml), gin, vodka, whiskey, brandy etc.

If you are drinking beer or lager, remember to choose the ordinary strength and not the higher alcohol ones.

All alcohol contains calories so if you are trying to lose weight it is best to only have an occasional drink.

Alcohol can lower your blood glucose level, and if you are on insulin or some diabetic tablets, drinking alcohol can make you less likely to recognise a hypo.

Remember:

- Never drink on an empty stomach.
- If you are going to be out late, eat a snack while you are out.
- Don't forget to have some supper when you get home.
- Never drink and drive.

Further information

The Diabetes Centre:

Tel: 0151 706 2829

Text phone number: 18001 0151 706 2829

NHS: 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: nwest@diabetes.org.uk

Diabetes UK

10 Parkway

London NW1 7AA

Website www.diabetes.org.uk

Author: Diabetes 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 کوران، مون و بصورت روی خطی موجود است.

زانیاری بیونیددار بهو نهخوشانهی له‌لایمن تراستهوه په‌ساخته کراون، نهمگه داوا بکریت له فورماتکائی تردا بریتی له زمانهکائی تر، نیزی رید (هاسان خونندنهوه)، چاپی گهوره، شریتی دهنگ، هلی موون و نملیکترونیکی همیه.

所有经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、大字体、音频、盲文、穆恩体 (Moon) 盲文和电子格式，敬请索取。

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.