Дневник самоконтроля

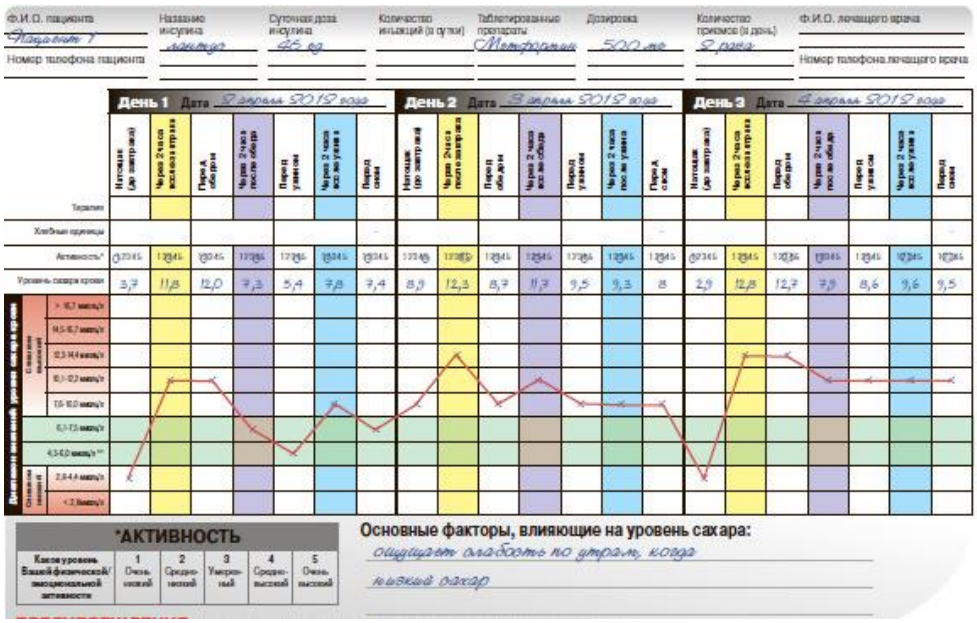
Все показатели, полученные при самоконтроле, а также информацию, касающуюся вашегорациона питания, физической активности и получаемой терапии, необходимо заносить в Дневник и показывать врачу при каждом посещении. Существуют программы, позволяющие считывать показания с вашего глюкометра в компьютер, добавлять туда другую информацию, и такимобразом вести электронный дневник.

Существуют различные варианты дневников самоконтроля, например такой: ::

Дата	Инсулин/таблетки						Хлебные единицы		
	утро		день		вечер		завтрак	обед	ужин
пн									
вт									
ср									
чт									
пт									
сб									
вс									
пн									
вт									
ср									
чт									
пт									
сб									
вс									

для людей, получающих лечение инсулином

Сахар крови							Примечания
завтрак		обед		ужин		на ночь	
до	после	до	после	до	после		

для людей, получающих лечение таблетками

Или такой: