



دفترچه ثبت قند خون

هدف ما پشتیبانی از دستیابی شما به اهداف مربوط به قند خونتان می‌باشد شما و پزشکتان با هم تصمیم می‌گیرید که اهداف درمانی شما **چیست** و **چند وقت یکبار** باید قند خون خود را بررسی کنید. لطفاً این دفترچه ثبت را به قرار ملاقات بعدی خود با پزشک ببرید.

دفترچه ثبت قند خون

لطفاً نتایج قند خون خود را در ستون «قند خون» ثبت کنید.
اگر انسولین مصرف می‌کنید، تعداد واحد را در ستون «واحد» ثبت کنید.

اهداف درمانی قند خون من

نام: _____

هفته: _____

ناشتا یا قبل از غذا: _____

1 تا 2 ساعت پس از خوردن غذا: _____

یکشنبه		دوشنبه		سه‌شنبه		چهارشنبه		پنج‌شنبه		جمعه		شنبه		از پزشک خود پرسید چه زمان‌هایی باید قند خونتان را چک کنید.
قند خون	واحد	قند خون	واحد	قند خون	واحد	قند خون	واحد	قند خون	واحد	قند خون	واحد	قند خون	واحد	
														قبل از صبحانه
														بعد از صبحانه
														قبل از ناهار
														بعد از ناهار
														قبل از شام
														بعد از شام
														موقع خواب
														نیمه شب