

Дневник диабетика для контроля диабета.

Диабет – заболевание, требующее постоянного контроля. Как известно, при сахарном диабете необходимо регулярно и своевременно осуществлять измерения глюкозы, находящейся в крови, уровня ацетона в моче и др. Но, управление диабетом не состоит только из обычной фиксации этих показателей. Для нормального [контроля диабета](#) необходимо научиться проводить правильную коррекцию всего лечения.

Для ведения полноценной жизни и контроля своего заболевания, сайт [Дом Знаний](#) предлагает вести подробный «Дневник диабетика», который станет незаменимым помощником при лечении диабета. Данный дневник дает возможность вести ежедневный контроль:

1. Показателей гликемии;
2. Принимаемых таблеток;
3. Вводимые [дозы инсулина](#);
4. Количества употребляемых за сутки [хлебных единиц](#) (ХЕ);
5. Общего самочувствия;
6. Физической активности;
7. Других важные составляющих качественного и эффективного лечения.

Кроме этого «Дневник диабетика» можно предоставить лечащему доктору, что позволит более детально обсуждать с ним возникающие вопросы.

«Дневником диабетика» пользоваться достаточно просто. Например, для анализа и изменения лечения необходимо лишь распечатать сам дневник (PDF документ) и производить записи необходимых показателей в течение каждого дня. Дневник рассчитан на 1 месяц, поэтому после его окончания (заполнения всех строк) просто распечатайте новый и прикрепите к уже существующему.

Кроме этого в «Дневнике диабетика» есть специальная графа «Примечание», в которой можно записывать сопутствующие заболевания, физическую активность, наличие гликемии, ацетон, находящийся в моче, массу тела, различные возникающие симптомы и другие показатели.

Дневник диабетика за _____ / _____ 20__ г.

Дата и время	День недели	Инсулин/таблетки					Хлебные единицы				Сахар в крови						Примечание		
		Утро		День	Вечер		Завтрак	Обед	Ужин	Всего	Завтрак		Обед		Ужин			На ночь	Дополнительные измерения
		Инсулин короткого действия	Инсулин продленного действия	Инсулин короткого действия	Инсулин короткого действия	Инсулин продленного действия					Натошак (до еды)	Через 2 часа после еды	Натошак (до еды)	Через 2 часа после еды	Натошак (до еды)	Через 2 часа после еды			
	Пн																		
	Вт																		
	Ср																		
	Чт																		
	Пт																		
	Сб																		
	Вс																		
	Пн																		
	Вт																		
	Ср																		
	Чт																		
	Пт																		
	Сб																		
	Вс																		

HbA1c _____ %

Норма _____ %

Вес тела _____ кг

Дневник диабетика за _____ / _____ 20__ г.

Дата и время	День недели	Инсулин/таблетки					Хлебные единицы				Сахар в крови						Примечание		
		Утро		День	Вечер		Завтрак	Обед	Ужин	Всего	Завтрак		Обед		Ужин			На ночь	Дополнительные измерения
		Инсулин короткого действия	Инсулин продленного действия	Инсулин короткого действия	Инсулин короткого действия	Инсулин продленного действия					Натошак (до еды)	Через 2 часа после еды	Натошак (до еды)	Через 2 часа после еды	Натошак (до еды)	Через 2 часа после еды			
	Пн																		
	Вт																		
	Ср																		
	Чт																		
	Пт																		
	Сб																		
	Вс																		
	Пн																		
	Вт																		
	Ср																		
	Чт																		
	Пт																		
	Сб																		
	Вс																		

HbA1c _____ %

Норма _____ %

Вес тела _____ кг

Дневник диабетика за _____ / _____ 20__ г.

Дата и время	День недели	Инсулин/таблетки					Хлебные единицы				Сахар в крови						Примечание		
		Утро		День	Вечер		Завтрак	Обед	Ужин	Всего	Завтрак		Обед		Ужин			На ночь	Дополнительные измерения
		Инсулин короткого действия	Инсулин продленного действия	Инсулин короткого действия	Инсулин короткого действия	Инсулин продленного действия					Натошак (до еды)	Через 2 часа после еды	Натошак (до еды)	Через 2 часа после еды	Натошак (до еды)	Через 2 часа после еды			
	Пн																		
	Вт																		
	Ср																		
	Чт																		
	Пт																		
	Сб																		
	Вс																		
	Пн																		
	Вт																		
	Ср																		
	Чт																		
	Пт																		
	Сб																		
	Вс																		

HbA1c _____ %

Норма _____ %

Вес тела _____ кг