

A close-up photograph of a woman with brown hair, wearing a blue and white plaid shirt. She is holding a white glucometer in her right hand, with her left hand positioned near the tip of the device. The background is a soft, out-of-focus light color.

**Diagnosis<sup>®</sup>**

**DZIENNICZEK  
SAMOKONTROLI  
GLIKEMII**

## POZNAJ SYSTEM ISTELE CARE, KTÓRY POMAGA LEPIEJ KONTROLOWAĆ CUKRZYCĘ



Poziom  
Glukozy



Ciśnienie  
Krwii



Analiza  
Składu Ciała



Temperatura  
Ciała



Badanie  
EKG



**Potrzebujesz pomocy w obsłudze systemu Istel Care?**

**Skontaktuj się z nami:**

e-mail: [istelcare@diagnosis.pl](mailto:istelcare@diagnosis.pl)

tel. 885 961 858 (pon-pt w godz. 8.00-16.00)

## Dane pacjenta

(wypełnia pacjent)



Moje dane	
Imię:	.....
Nazwisko:	.....
Tel. kontaktowy:	.....

Dane mojego lekarza i przychodni	
Imię i nazwisko:	.....
Tel. kontaktowy:	.....
Godziny przyjęć:	.....
Pieczęć poradni:	<div style="border: 1px solid black; width: 150px; height: 80px; margin: 0 auto;"></div>

















## Pomiar poziomu glukozy we krwi

(wypełnia pacjent)

Data	Na czczo	Śniadanie		Obiad	
		Przed	2 godz po	Przed	2 godz po





































## Pomiar poziomu glukozy we krwi

(wypełnia pacjent)

Data	Na czczo	Śniadanie		Obiad	
		Przed	2 godz po	Przed	2 godz po





## Pomiar poziomu glukozy we krwi

(wypełnia pacjent)

Data	Na czczo	Śniadanie		Obiad	
		Przed	2 godz po	Przed	2 godz po





## Pomiar poziomu glukozy we krwi

(wypełnia pacjent)

Data	Na czczo	Śniadanie		Obiad	
		Przed	2 godz po	Przed	2 godz po





## Pomiar poziomu glukozy we krwi

(wypełnia pacjent)

Data	Na czczo	Śniadanie		Obiad	
		Przed	2 godz po	Przed	2 godz po









## Edukacja Pacjenta

Ramowy program edukacyjny powinien zawierać:

Wsparcie dotyczące zaakceptowania choroby.	
Ustalenie i ocena indywidualnych celów terapeutycznych.	
Podstawowe wiadomości na temat choroby i jej leczenia.	
Nauka technik samodzielnego, systematycznego mierzenia stężenia glukozy we krwi, prowadzenia dzienniczka samokontroli, oznaczania stężenia ciał ketonowych we krwi i w moczu, pomiaru ciśnienia tętniczego i postępowania w sytuacjach nagłych.	
Szkolenie technik podskórnego podawania insuliny i innych leków.	
Rozpoznawanie i leczenie powikłań, czynników ich ryzyka oraz sposobów zapobiegania powikłaniom.	
Zasady zdrowego odżywiania i jego roli w leczeniu.	
Wpływ aktywności fizycznej na stężenie glukozy we krwi.	
Nauka postępowania w sytuacjach szczególnych (podróż, planowanie ciąży i antykoncepcja, ciąża, choroba).	
Zasady korzystania z opieki zdrowotnej (częstość wizyt, badań kontrolnych) i prawa socjalne.	
Omówienie znaczenia problemów psychologicznych w postępowaniu z cukrzycą i możliwości korzystania z opieki specjalistycznej (psycholog/terapeuta/psychiatra).	
Omówienie znaczenia szczepień profilaktycznych dla chorego z cukrzycą.	

### **ZALECA SIĘ OKRESOWE (ROCZNE) SPRAWDZANIE WIEDZY PACJENTA.**

Źródło: Zalecenia kliniczne dotyczące postępowania u chorych na cukrzycę 2022 Stanowisko Polskiego Towarzystwa Diabetologicznego, rozdział 9. Edukacja terapeutyczna, s. 32-35

## **Hipoglikemia (Niedocukrzenie)**

Zbyt niski poziom glukozy we krwi – poniżej 70 mg/dl

### **Co robić w przypadku niedocukrzenia?**

1. Spożyj np. 3 łyżeczki cukru lub 15-20 g czystej glukozy w saszetce.
2. Odczekaj 15 minut.
3. Ponownie zbadaj poziom glukozy we krwi, jeśli będzie niższy niż 100 mg/dl ponownie powtórz pkt. 1 i 2. Jeśli wynik glikemii będzie wyższy niż 100 mg/dl, spożyj węglowodany złożone np. zjedz kanapkę.
4. Uwaga - niedocukrzenie może się powtórzyć w ciągu 24 godzin.

.....  
Miejsce na podpis pacjenta

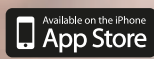


## Notatki

A series of horizontal dotted lines for writing notes.

BEZPŁATNA APLIKACJA MOBILNA

POMIARY Z WIELU URZĄDZEŃ W JEDNYM MIEJSCU



[www.diagnosis.pl](http://www.diagnosis.pl)