

Hjemmemaaling
lægebesøg insulin
doser medicin
måling blodsukker
døgnprofiler urin
sukker egenomsorg
mmol/l HbA1C
hjemmemaaling
lægebesøg insulin
doser medicin
måling blodsukker
døgnprofiler urin
sukker egenomsorg
mmol/l HbA1C
hjemmemaaling
lægebesøg insulin
doser medicin
måling blodsukker
døgnprofiler urin
sukker egenomsorg

Diabetes Målebog

diabetes
foreningen



Målebog

Blodsuktermåling giver mulighed for bedre kontrol

Blodsukkeret skal holdes så nær det normale som muligt. Det kan reducere følgesygdomme, og symptomerne mindskes.

Det er en fordel at kunne bruge blodsuktermålinger til at afpasse mad, motion og medicin og til at afgøre, om utilpashed hænger sammen med blodsukkeret, eller det skyldes noget helt andet.

Med de moderne metoder til at måle blodsukker er det blevet hurtigt, temmelig let og sikkert at nå frem til det rette resultat. Det er også let for dine pårørende at lære, så de kan hjælpe med målingen, hvis du ønsker det.

Det giver også frihed, fx når du tager på ferie, idet metoden kan bruges hvor som helst og når som helst.

Det er let at måle blodsukkeret

Det er let at lære at måle sit blodsukker, og det er vigtigt, at målingerne udføres nøjagtigt som beskrevet i brugsanvisningen til strimlerne og apparatet. Har du fået rutine i målingerne, kan du stole på dem.

Hvor ofte skal blodsukkeret måles?

Anbefalingerne er forskellige for insulinbehandlede og ikke-insulinbehandlede diabetikere.

For insulinbehandlede diabetikere er daglige målinger ideelle. Der anbefales 2 sammenhængende døgnmålinger (4-6 gange i løbet af 24 timer) hver uge, eller i hvert fald hver 14. dag. Det er en fordel at måle på skiftende ugedage. På målebladene er der plads til dato og klokkeslæt. De er derfor anvendelige til både enkeltstående målinger og døgnmålinger.

Mål altid hvis du er i tvivl, fx ved mistanke om lavt blodsukker (hypoglykæmi). Tal med din behandler om, hvor hyppigt du skal måle blodsukker.

Ved hjemmemåling anbefales det for personer med type 2 diabetes at måle et fastende blodsukker og/eller et blodsukker 1½ time efter morgenmaden 1-2 gange ugentligt. Ved eventuel dårlig regulering kan det være nødvendigt med hyppigere målinger.

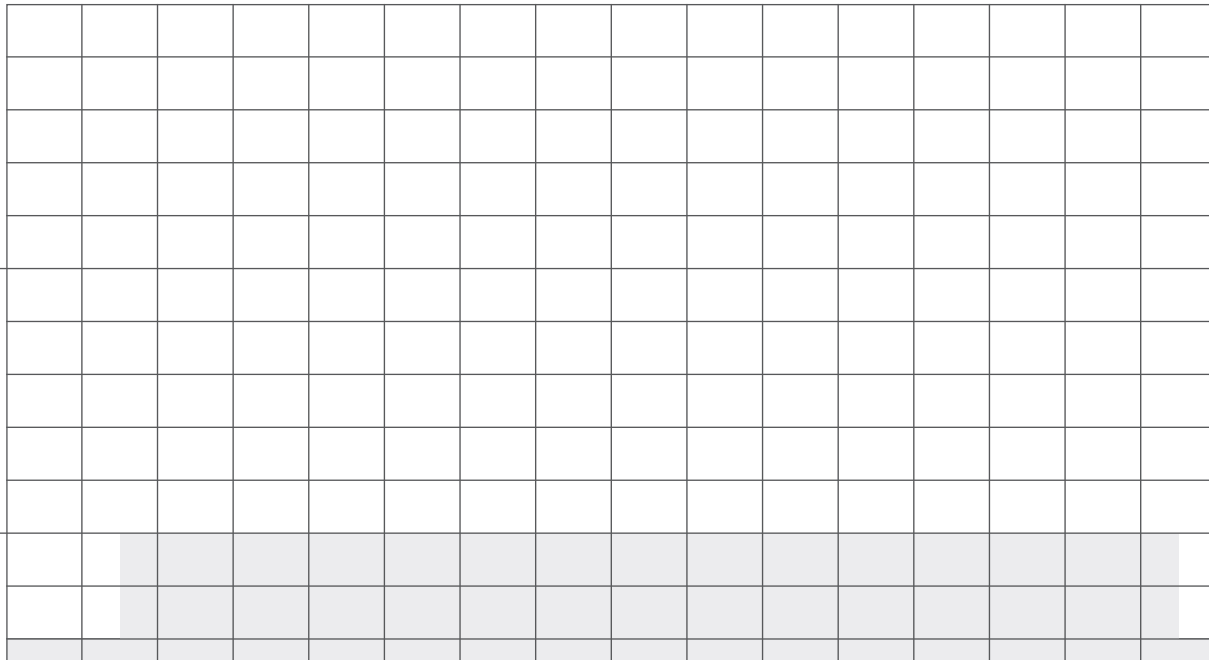
Når du har opbrugt denne målebog, kan du få en ny på apoteket.

Døgnprofiler - blodsukker

mmol/l

15

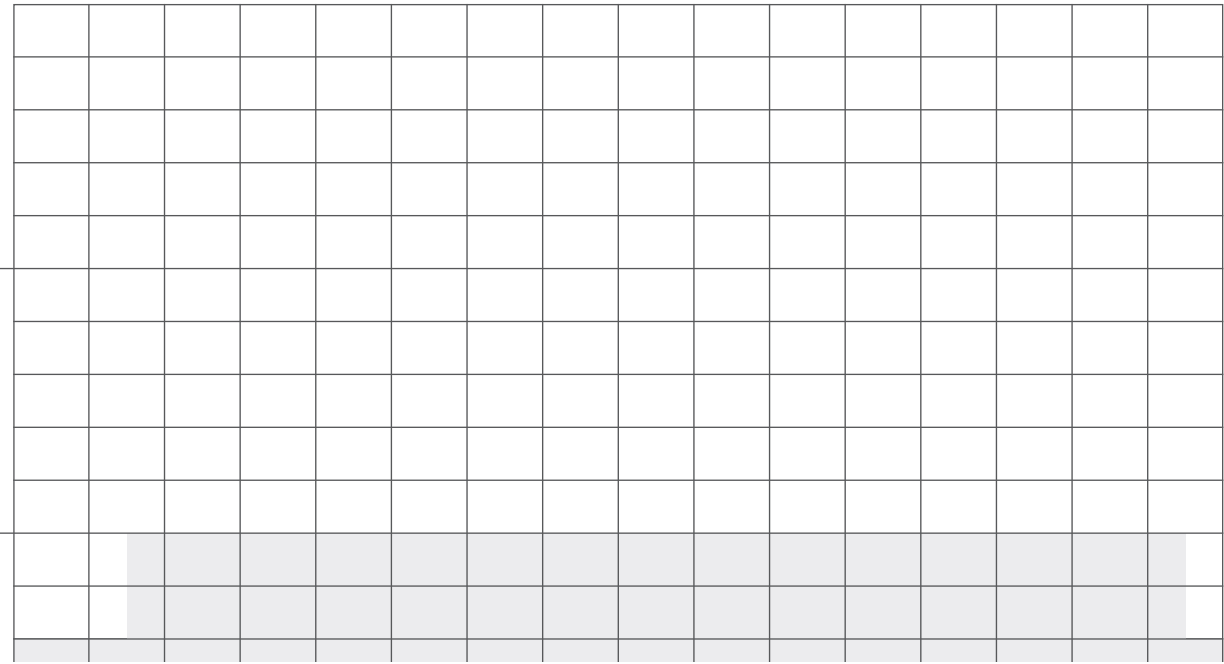
10



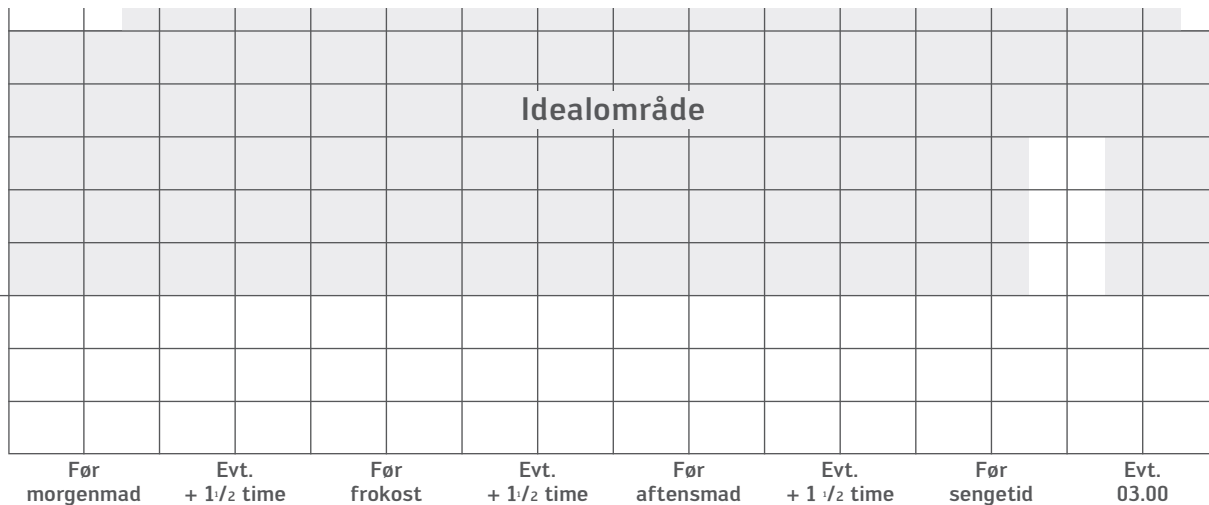
mmol/l

15

10



3



Rutinemålinger (hver uge eller hver 14. dag)

Blodsukker måles lige før og evt. 1/2 time efter hvert hovedmåltid.

Desuden måles blodsukker kl. ca. 03 ved mistanke om natlige lave blodsukkermålinger.

Særligt før lægebesøg

Døgnkurver kan med fordel tages 3 på hinanden følgende (hver)dage før hver lægekontrol.

Målingerne afsættes direkte på figuren og markeres med dato for hver kurve.

	Morgenmad		Middagsmad		Aftensmad		Sengetid		
Dato	BG	Ins.	BG	Ins.	BG	Ins.	BG	Ins.	Bemærkninger

Denne bog er udgivet af:

Diabetesforeningen
Rytterkasernen 1
5000 Odense C
Tlf. 6612 9006
Fax 6591 4908
E-mail: df@diabetes.dk
Web-site: www.diabetes.dk

2.500 stk. (juli 2009)

Tryk:
Formula

Denne målebog tilhører:

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr. og by: _____

Tlf.: _____

Tlf. arbejde: _____

Fødselsdato: _____ Debut år: _____

Kostbehandlet _____ Tabletter _____

siden: _____ siden: _____

Insulin siden: _____