Tabela de controle de glicemia semanal

antes e depois das refeições · carboidratos e insulina · mg/dL

Glucose Log

Nome _____ Datas _____

Minhas metas da equipe de saúde: antes das refeições _____ após as refeições _____ mg/dL

Meço após as refeições em: ☐ 1 hora ☐ 2 horas

1. Marque 1 ou 2 horas e anote as metas que sua equipe de saúde passou.
2. Em cada refeição, anote a glicemia antes de comer, os carboidratos e a dose de insulina, e depois a glicemia após. Escreva a hora na linha abaixo de cada valor.
3. Circule qualquer valor fora da sua meta. Leve esta folha a todas as consultas.

Data	Café da manhã				Almoço				Jantar				Ao deitar	Anotações
	Antes jejum, mg/dL	Carbo. g	Insulina unid.	Depois mg/dL	Antes mg/dL	Carbo. g	Insulina unid.	Depois mg/dL	Antes mg/dL	Carbo. g	Insulina unid.	Depois mg/dL	mg/dL	insulina basal, lanches, atividade
	___:___			___:___	___:___			___:___	___:___			___:___	___:___	
	___:___			___:___	___:___			___:___	___:___			___:___	___:___	
	___:___			___:___	___:___			___:___	___:___			___:___	___:___	
	___:___			___:___	___:___			___:___	___:___			___:___	___:___	
	___:___			___:___	___:___			___:___	___:___			___:___	___:___	
	___:___			___:___	___:___			___:___	___:___			___:___	___:___	
	___:___			___:___	___:___			___:___	___:___			___:___	___:___	

Perguntas para minha equipe de saúde

Modelo grátis de **glucoselog.app**
Prefere o celular? Escaneie para o app **Glucose Log** para iPhone e Android

Esta folha serve só para anotar. Não calcula doses de insulina e não é orientação médica: sua equipe de saúde define metas e doses.