

# TYYPIN 2 DIABETESPOTILAS

## VERENSOKERIN TEHOMITTAUS KOLMELTA PÄIVÄLTÄ ENNEN LÄÄKÄRIN/DIABETESHOITAJAN VASTAANOTTOA

### Ohjeet mittaukseen:

1. Mittaa verensokeri ennen aamupalaa ja aamupalan jälkeen kaikkina kolmena päivänä.
2. Mittaa verensokeri ennen lounasta ja lounaan jälkeen yhtenä päivänä TAI ennen päivällistä ja päivällisen jälkeen yhtenä päivänä.
3. Mittaa verensokeri ennen iltapalaa ja iltapalan jälkeen yhtenä päivänä.
4. Mittaa verensokeri ennen nukkumaanmenoa ainakin kahtena päivänä.
5. Tarvittaessa mittaa verensokeri yöllä ja aina, kun epäilet poikkeavan matalia tai korkeita verensokereita.

Pvm	Aamupala		Lounas		Päivällinen		Iltapala		Ennen nukku- maan meno
	Ennen	2 t. jälkeen	Ennen	2 t. jälkeen	Ennen	2 t. jälkeen	Ennen	2 t. jälkeen	
Verensokeri									
Ins. annos									

Pvm	Aamupala		Lounas		Päivällinen		Iltapala		Ennen nukku- maan meno
	Ennen	2 t. jälkeen	Ennen	2 t. jälkeen	Ennen	2 t. jälkeen	Ennen	2 t. jälkeen	
Verensokeri									
Ins. annos									

Pvm	Aamupala		Lounas		Päivällinen		Iltapala		Ennen nukku- maan meno
	Ennen	2 t. jälkeen	Ennen	2 t. jälkeen	Ennen	2 t. jälkeen	Ennen	2 t. jälkeen	
Verensokeri									
Ins. annos									

Onko sinulla ollut seuraavia oireita seuranta-ajalla? (rastita):

	päivittäin	viikottain	öisin		päivittäin	viikottain	öisin
kova nälkä	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	vapina tai kylmähikisyys	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
keskittymisvaikeudet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	epämääräinen huonovointisuus	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
hermostuneisuus	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				

Missä yhteyksissä olet kokenut yllä mainittuja oireita?

(esim. fyysinen rasitus tai pitkä aika ruokailusta tms.) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_