



ENDOKRİNOLOJİ ve METABOLİZMA
HASTALIKLARI ANABİLİM DALI
KAN ŞEKERİ
TAKİP DEFTERİ

ŞEKER TAKİP ÇİZELGESİ

Haftada gün sabah açlık şekeri
Haftada gün kahvaltıdan 2 saat sonra
öğle yemeğinden iki saat sonra
akşam yemeğinden iki saat sonra
Haftada gün gece 23:00'de
gece 02:00'de
Haftada gün tansiyon
Ayda kez kilo kontrolü
Her ayda bir hemoglobın A1c ölçümü
Her ayda bir mikroalbüminüri ölçümü

Tarih atılarak deftere kaydedilmeli.

İdeal

- Açlık kan şekeriniz
- Tokluk kan şekeriniz
- Tansiyon
- HbA1c
- Mikrolalbüminüri
- Kolesterol

Olmalıdır.

Diyabet Tedavisinde

- Düzenli diyet
- Düzenli egzersiz
- Düzenli ilaç tedavisi
- Düzenli takip

Yařam kalitesini ve yaşam süresini artırır

- Ayaklarınızı ve ayakkabılarınızı her gün kontrol edin
- En az yılda 1 kez gözlerinizi kontrol edin
- En az yılda 1 kez nörolojik muayene yaptırın
- En az yılda 1 kez yağlarınızı (kolesterol) kontrol ettirin

GENEL DEĞERLER

Tarih	Kullanılan İlaçlar ve Dozları	Tansiyon	HbA _{1c}	Micro-albüminüri

KAN ŞEKERLERİ

Tarih	KİLO	ŞEKERLER							
		SABAHA		ÖĞLEN		AKŞAM		GECE	
		Aç	Tok	Aç	Tok	Aç	Tok	Aç	Tok

NOT: Tokluk şekeri yemeğe başladıktan 2 saat sonra bakılacaktır.