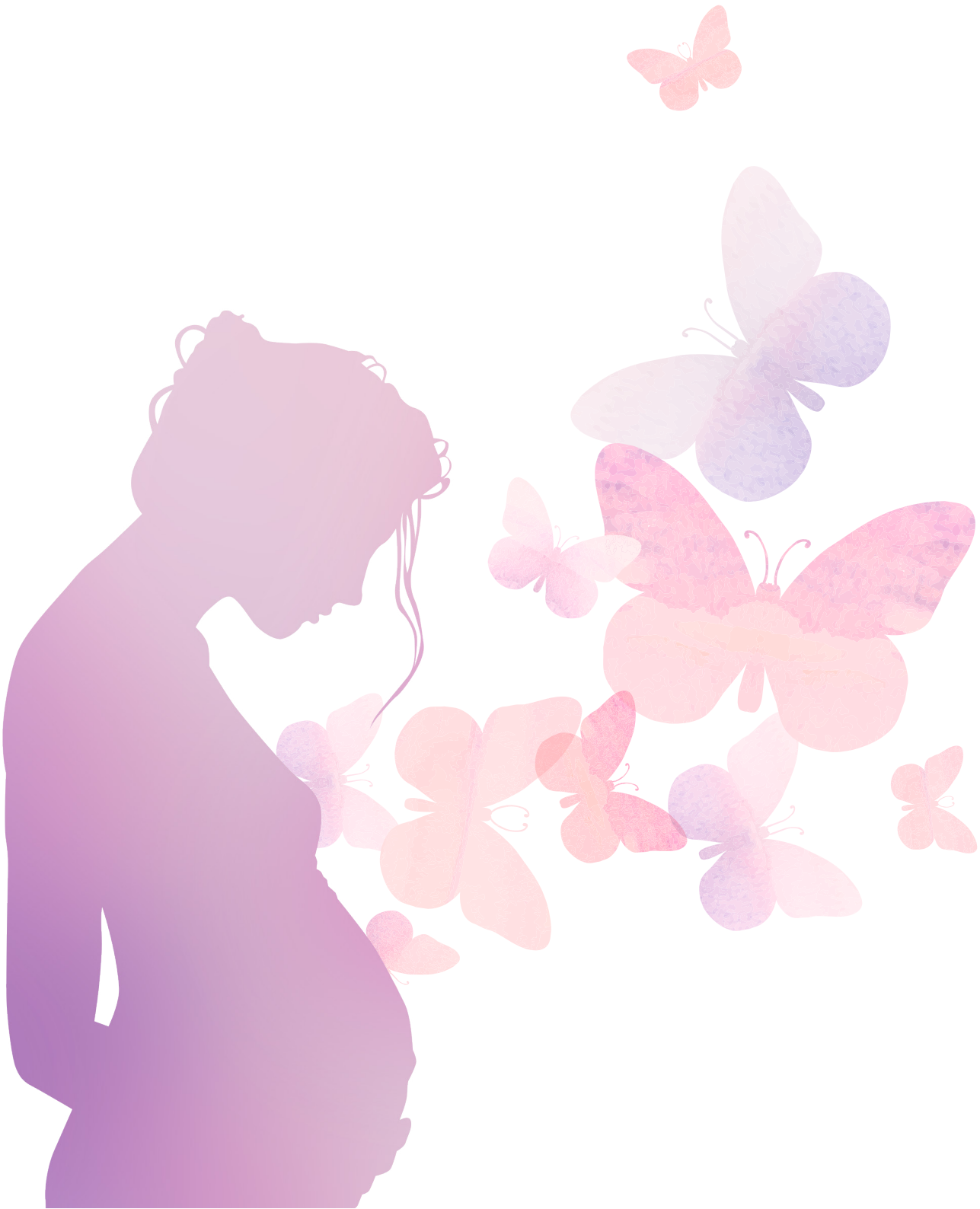
Moj dnevnik



Ime in priimek .....

Datum poroda .....

Napotnica velja do .....

Telefonska številka .....

E-naslov .....

.....

Merjenje ketonov v urinu izvajajte vsak dan na tešče in pred večerjo.

Priporočene vrednosti za nosečnice pri merjenju ravni glukoze v krvi doma:
na tešče do 5,3 mmol/l, 90 minut po začetku obroka do 6,6 mmol/l

Datum	**Teža**	**Glukoza v krvi**		**HbA1c**	**Ketoni v urinu**	**Beljak. v urinu**	**RR**	**Priporočila/zdravljenje**				**Kontrolni pregled Datum**
		Na tešče	Po obroku					Zdrav življenjski slog				
								Samokontrola	KET			
									GLU			
		Na tešče	Po obroku					Zdrav življenjski slog				
								Samokontrola	KET			
									GLU			
		Na tešče	Po obroku					Zdrav življenjski slog				
								Samokontrola	KET			
									GLU			
		Na tešče	Po obroku					Zdrav življenjski slog				
								Samokontrola	KET			
									GLU			
		Na tešče	Po obroku					Zdrav življenjski slog				
								Samokontrola	KET			
									GLU			
		Na tešče	Po obroku					Zdrav življenjski slog				
								Samokontrola	KET			
									GLU			
		Na tešče	Po obroku					Zdrav življenjski slog				
								Samokontrola	KET			
									GLU			
		Na tešče	Po obroku					Zdrav življenjski slog				
								Samokontrola	KET			
									GLU			
		Na tešče	Po obroku					Zdrav življenjski slog				
								Samokontrola	KET			
									GLU			
		Na tešče	Po obroku					Zdrav življenjski slog				
								Samokontrola	KET			
									GLU			

RR - krvni tlak

Mesec ..... Telesna teža

	KETONI V URINU		GLUKOZA V KRVI				OPOMBE/INSULIN			
Dan	Na tešče	Pred večerjo	Na tešče	90 min po zajtrku	90 min po kosilu	90 min po večerji	Zajtrk	Kosilo	Večerja	Pred spanjem
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										
19										
20										
21										
22										
23										
24										
25										
26										
27										
28										
29										
30										
31										

Mesec ..... Telesna teža

	KETONI V URINU		GLUKOZA V KRVI				OPOMBE/INSULIN			
Dan	Na tešče	Pred večerjo	Na tešče	90 min po zajtrku	90 min po kosilu	90 min po večerji	Zajtrk	Kosilo	Večerja	Pred spanjem
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										
19										
20										
21										
22										
23										
24										
25										
26										
27										
28										
29										
30										
31										

Mesec ..... Telesna teža

	KETONI V URINU		GLUKOZA V KRVI				OPOMBE/INSULIN			
Dan	Na tešče	Pred večerjo	Na tešče	90 min po zajtrku	90 min po kosilu	90 min po večerji	Zajtrk	Kosilo	Večerja	Pred spanjem
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										
19										
20										
21										
22										
23										
24										
25										
26										
27										
28										
29										
30										
31										

Mesec ..... Telesna teža

	KETONI V URINU		GLUKOZA V KRVI				OPOMBE/INSULIN			
Dan	Na tešče	Pred večerjo	Na tešče	90 min po zajtrku	90 min po kosilu	90 min po večerji	Zajtrk	Kosilo	Večerja	Pred spanjem
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										
19										
20										
21										
22										
23										
24										
25										
26										
27										
28										
29										
30										
31										

Mesec ..... Telesna teža

	KETONI V URINU		GLUKOZA V KRVI				OPOMBE/INSULIN			
Dan	Na tešče	Pred večerjo	Na tešče	90 min po zajtrku	90 min po kosilu	90 min po večerji	Zajtrk	Kosilo	Večerja	Pred spanjem
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										
19										
20										
21										
22										
23										
24										
25										
26										
27										
28										
29										
30										
31										

Na kontrolni pregled vedno prinesite:

- svoj dnevnik samokontrole (Moj dnevnik)
- materinsko knjižico
- kartico zdravstvenega zavarovanja
- merilnik glukoze
- vzorec jutranjega urina

DC-1/2021-21

Roche farmacevtska družba d.o.o., Ljubljana

V sodelovanju z Melito Cajhen, prof. zdr. vzg., UKC Ljubljana, Ambulanta za diabetes v nosečnosti