

# DZIENNICZEK SAMOKONTROLI GLIKEMII



MEDICOVER

## DO SAMODZIELNEGO MONITOROWANIA STĘŻENIA GLUKOZY WE KRWI GLUKOMETREM

Pacjenci z cukrzycą w trakcie insulinoterapii metodą wielokrotnych wstrzyknięć lub podskórnego wlewu insuliny

- powinni wykonywać codziennie dobowy profil glikemii (patrz **Tabela**).

Osoby stosujące doustne leki przeciwcukrzycowe (np. metforminę) i/lub analogi GLP

- powinni wykonywać raz w tygodniu profil glikemii (na czczo i 60-120 minut po głównych posiłkach) oraz raz w miesiącu dobowy profil glikemii (patrz **Tabela**).

Osoby z cukrzycą typu 2 leczone stałymi dawkami insuliny

- powinny codziennie wykonywać 1-2 pomiary glikemii, dodatkowo raz w tygodniu pomiary na czczo i 60-120 min po głównych posiłkach oraz raz w miesiącu dobowy profil glikemii (patrz **Tabela**).

U pacjentów z cukrzycą typu 1

- zalecane jest zastosowanie systemu monitorowania glikemii ciągłego lub metodą skanowania jako uzupełnienie samokontroli glikemii.

**Instrukcja.** Poniższy dzienniczek ułatwia zapisywanie wyników monitorowania stężenia glukozy we krwi w okresie miesiąca. Jeżeli wykonujesz dobowy profil glikemii, wypełnij wszystkie kolumny tabeli (jeśli w danym dniu nie było aktywności fizycznej, nie wypełniaj dwóch ostatnich kolumn). W przypadku wykonywania tylko kilku wymienionych pomiarów (np. na czczo i po głównych posiłkach), należy pominąć pozostałe kolumny.

U pacjentów leczonych metodą wielokrotnych wstrzyknięć insuliny lub gdy pacjent stosuje pompę insulinową ocenę glikemii po głównych posiłkach wykonuje się, gdy upływie 60-120 minut. W cukrzycy typu 2 (jeżeli pacjent nie jest leczony metodą wielokrotnych wstrzyknięć) stężenie glukozy po posiłku ocenia się po upływie 120 minut.

Dzień	Data	Przed śniadaniem (na czczo)	Po śniadaniu (60-120 min po posiłku)	Przed obiadem	Po obiedzie (60-120 min po posiłku)	Przed kolacją	Po kolacji (60-120 min po posiłku)	Przed snem	O 3. w nocy	Przed wysiłkiem fizycznym	Po wysiłku fizycznym
1.											
2.											
3.											
4.											
5.											

**Pamiętaj o zabraniu swoich dzienniczków samokontroli glikemii na konsultację u diabetologa.**

Dzienniczek przygotowany został przez Dział Standardów Medycznych Medicover, 12.11.2020r.

Opracowano na podstawie: Polskie Towarzystwo Diabetologiczne. Zalecenia kliniczne dotyczące postępowania u chorych na cukrzycę 2020. Diabetologia Praktyczna 2020; 6(1).

