

「糖友愛關懷」計劃 血糖監測貼心提示服務

血糖記錄冊



共同實踐糖尿病管理第一步

HbA1c經診斷後
= 7.5% - 8.9%之病友
的監測方案

我的個人資料 My Personal Information

姓名 Name _____ 電話 Tel (_____) _____

地址 Address _____

本人患有糖尿病 I have diabetes

若於緊急情況下，請代為通知以下人仕 In case of emergency, please notify

我的醫生 My Doctor

姓名 Name _____ 電話 Tel (_____) _____

我的糖尿科護士 My Diabetes Nurse

姓名 Name _____ 電話 Tel (_____) _____

我的營養師 My Dietitian

姓名 Name _____ 電話 Tel (_____) _____

所屬醫院 Hospital

*如拾獲本冊子，請聯絡本人歸還，謝謝！

血糖水平指標 Blood Glucose Level

控制水平 Level Guideline	理想 Optimal	一般 Fair	差 Poor
空腹 Preprandial Level (mmol/L)	4.0 - 6.0	< 8.0	> 10.0
餐後2小時 2 Hours Postprandial Level (mmol/L)	< 8.0	< 10.0	> 12.0
糖化血紅素HbA1c (%)	< 6.5%	≤ 7.5%	≥ 8.5%

資料來源：糖尿病血糖監測關注組 (2012)

請記錄每次抽血我監測血糖的檢測結果，並於覆診時與醫生共同檢討。

糖化血紅蛋白 A1C

日期 Date					
%					

理想目標 Optimal <6.0 自定目標 Target : _____ %

血壓 Blood Pressure

日期 Date					
mmHg					

理想目標 Optimal <130/80mmHg 自定目標 Target : _____ mmHg

身體質量指數 $\frac{\text{體重 (公斤)}}{\text{身高}^2 \text{ (公尺)}} \text{ Body Mass Index (BMI) } \frac{\text{Wt (kg)}}{\text{Ht}^2 \text{ (m)}}$

日期 Date					
公斤/米 Kg/m					

理想目標 Optimal <25公斤/米 Kg/m 自定目標 Target : _____ 公斤/米 Kg/m

膽固醇 Cholesterol

日期 Date					
高密度 HDL					
低密度 LDL					
總膽固醇 Total					

理想目標 Optimal HDL > 40-50 LDL <100 Total < 200(mg/dL)

自定目標 Target : _____ mg/dL

三酸甘油脂 Triglycerides

日期 Date					
mg/dL					




理想目標 Optimal <150 mg/dL

自定目標 Target : _____ mg/dL

參考資料: Diabetes Care (2005) 28. Suppl. S4-S36.




血糖測試記錄表 Glucolog

第1星期

日期 Date	早餐 Breakfast 		午餐 Lunch 		晚餐 Dinner 		體重 Weight _____ 公斤 Kg	備註 Remark
	前 Before	2小時後 After 2 hours	前 Before	2小時後 After 2 hours	前 Before	2小時後 After 2 hours		
星期一 ()	<input type="text"/>	<input type="text"/>						
星期二 ()								
星期三 ()								
星期四 ()			<input type="text"/>	<input type="text"/>				
星期五 ()								
星期六 ()								
星期日 ()								

血糖測試記錄表 Glucolog

第2星期

日期 Date	早餐 Breakfast 		午餐 Lunch 		晚餐 Dinner 		體重 Weight _____ 公斤 Kg	備註 Remark
	前 Before	2小時後 After 2 hours	前 Before	2小時後 After 2 hours	前 Before	2小時後 After 2 hours		
星期一 ()								
星期二 ()					<input type="text"/>	<input type="text"/>		
星期三 ()								
星期四 ()								
星期五 ()								
星期六 ()							<input type="text"/>	
星期日 ()	<input type="text"/>							

與姑娘會面時間表

日期				
時間				
房號				



拜耳醫療保健有限公司
Bayer HealthCare Limited

香港灣仔港灣道6-8號瑞安中心8樓803-808室

Nos 803-808, 8/F., Shui On Centre, 6-8 Harbour Road, Wanchai, Hong Kong

電話 Tel: 8100 6386 傳真 Fax: 3526 4759