「糖友愛關懷」計劃 血糖監測貼心提示服務

血糖記錄冊

30. 10 12:08

日 =+ 6

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 Perso	nal 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 Tei ()
我的營養師 My Dietitian	
姓名 Name	電話 Tel ()
所屬醫院Hospital	

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	白完日	標 Target:	%	
TIOLE Mobiling . 010	EXC H	int infer .		
血壓 Blood Pressure		1.13K TOLBOL -		
	нжн			

身體質量指數 ^{區重 (公斤)} Body Mass Index (BMI) ^{WL (kg)}

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	 - 1
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.

			-	-		-21	第	1星期
-	早餐Brea	kfast 💟	午餐Lun	ch 🎔	晚餐Dinn	er 🖉	體重 Weight	公斤Kg
日期 Date	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	睡前 Before Sleep	備註 Remark
星期一	1							
星期二 ()								
星期三 ()								
星期四 ()			200					
星期五 ()								
星期六 ()								
星期日 ()								

血糖測試記錄表 Glucolog

第2星期

(· · · ·	100		al.		
	早餐Breakfast 🤍		午餐Lunch 🤍		晚餐Dinner		體重 Weight	公斤K
日期 Date 星期一 ()	.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	睡前 Before Sleep	備註 Remark
星期二 ()								
星期三 ()								
星期四 ()								
星期五 ()								
星期六 ()								
星期日 ()	-							

- 1				-	()	21	第	3星期
	早餐Brea	kfast 💟	午餐Lun	ch 🎔	晚餐Dinn	er C	體重 Weight	公斤Kg
日期 Date	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	睡前 Before Sleep	備註 Remark
星期一 ()	-							
星期二 ()								
星期三 ()								
星期四 ()			20		1			
星期五 ()								
星期六 ()								
星期日 ()								

血糖測試記錄表 Glucolog

第4星期

(· · · ·	0		al.			
	早餐Breakfast 🤍		午餐Lunch 🤍		晚餐Dinn	晚餐Dinner		2	公斤Kg
日期 Date 星期一 ()	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	睡前 Before Sleep	備註 Remark	
星期二 ()					2.512				
星期三 ()									
星期四 ()									
星期五 ()									
星期六 ()									
星期日 ()	-								

_		Y		-21	第	D星期		
日期 Date	早餐Breakfast 💟		午餐Lunch 🍼		晚餐Dinner		體重 Weight	公斤K
	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	睡前 Before Sleep	備註 Remark
星期一 ()	1							
星期二 ()								
星期三 ()								
星期四 ()			80.0					
星期五 ()								
星期六 ()								
星期日 ()								

血糖測試記錄表 Glucolog

1			-	-71	弗O生期			
	早餐Brea	kfast 🔍	午餐Lun	ch 🎱	晚餐Dinn	er C	體重 Weight	公斤Kp
日期 Date 星期一 ()	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	睡前 Before Sleep	備註 Remark
星期二 ()					111			
星期三 ()								
星期四 ()								
星期五 ()								
星期六 ()								
星期日 ()	-							

第6月期

				-21	第	(星期		
_	早餐Brea	kfast 💟	午餐Lun	ch 🎱	晚餐Dinn	er C	體重 Weight	公斤Kg
日期 Date	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	睡前 Before Sleep	備註 Remark
星期一 ()	1							
星期二 ()								
星期三 ()								
星期四 ()			(1,0)					
星期五 ()								
星期六 ()								
星期日 ()								

血糖測試記錄表 Glucolog

第8星期

						and -		
	早餐Brea	kfast	午餐Lun	ch 🤍	晚餐Dinn	er Gr	體重Weight	公斤Kg
日期 Date 星期一 ()	.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	睡前 Before Sleep	備註 Remark
星期二 ()					2512			
星期三 ()								
星期四 ()								
星期五 ()								
星期六 ()								
星期日 ()	-							

			-	-21.	第	7星期		
-	早餐Brea	kfast 💟	午餐Lun	ch 🎔	晚餐Dinn	er 🖉	體重 Weight	公斤Kg
日期 Date	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	睡前 Before Sleep	備註 Remark
星期一 ()	1							
星期二 ()								
星期三 ()								
星期四 ()			200					
星期五 ()								
星期六 ()								
星期日 ()								

血糖測試記錄表 Glucolog

第10星期

日期 Date 星期一 ()	早餐Breakfast 少		午餐Lunch 🎯		晚餐Dinner		體重Weight	公斤Kg
	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	睡前 Before Sleep	備註 Remark
星期二 ()					111			
星期三 ()								
星期四 ()								
星期五 ()								
星期六 ()								
星期日 ()	-							

_		Y		-21	第	日星期			
_	早餐Brea	kfast 💟	午餐Lun	ch 🎔	晚餐Dinn	er 🖉	體重 Weight		公斤Kg
日期 Date	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	睡前 Before Sleep	備註 Remark	
星期一 ()	1								
星期二 ()	T								
星期三 ()									
星期四 ()			200						
星期五 ()									
星期六 ()									
星期日 ()									

血糖測試記錄表 Glucolog

第12星期

1	E dB Duraldard			. 66		The		
	早餐Brea	kfast	午餐Lun	ch 🥥	晚餐Dinn	er Cr	體重 Weight	公斤Kg
日期 Date 星期一 ()	.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	睡前 Before Sleep	備註 Remark
星期二 ()					2612			
星期三 ()								
星期四 ()								
星期五 ()								
星期六 ()								
星期日 ()	-							

- 1		- Y			弗	13星期			
	早餐Brea	kfast 🕖	午餐Lun	ch 🥥	晚餐Dinn	er Co	體重 Weight		公斤Kg
日期 Date	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	睡前 Before Sleep	備註 Remark	
星期一 ()	1								
星期二 ()									
星期三 ()									
星期四 ()			80.0						
星期五 ()									
星期六 ()									
星期日 ()									

血糖測試記錄表 Glucolog

第14星期

1 2 - +-

				. 60		The		
_	早餐Brea	kfast	午餐Lun	ch 🍚	晚餐Dinn	er CS	體重Weight	公斤Kg
日期 Date 星期一 ()	.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	睡前 Before Sleep	備註 Remark
星期二 ()					211			
星期三 ()								
星期四 ()								
星期五 ()								
星期六 ()								
星期日 ()	-							

	a a a					弔	IJ星期	
	早餐Brea	kfast 💟	午餐Lun	ch 🎔	晚餐Dinn	er 🖉	體重 Weight	公斤Kg
日期 Date	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	睡前 Before Sleep	備註 Remark
星期一 ()	1. ····							
星期二 ()	T							
星期三 ()								
星期四 ()			200					
星期五 ()								
星期六 ()								
星期日 ()								

血糖測試記錄表 Glucolog

第16星期

I E m H

	E Bruchter		L	. (10)		The		
_	早餐Brea	kfast	午餐Lun	ch 🥥	晚餐Dinn	er Gr	體重 Weight	公斤Kg
日期 Date 星期一 ()	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	睡前 Before Sleep	備註 Remark
星期二 ()					2612			
星期三 ()								
星期四 ()								
星期五 ()								
星期六 ()								
星期日 ()	-							

- 1		- Y			(71	第17星期		
	早餐Brea	kfast 🕖	午餐Lun	ch 🥥	晚餐Dinn	er Co	體重 Weight		公斤Kg
日期 Date	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	睡前 Before Sleep	備註 Remark	
星期一 ()	1								
星期二 ()									
星期三 ()									
星期四 ()			80.0						1
星期五 ()									
星期六 ()									
星期日 ()									

血糖測試記錄表 Glucolog

第18星期

1 - 4

	-	it. I		. (10)	marine The			
_	早餐Brea	kfast	午餐Lun	ch 🥥	晚餐Dinn	er CS	體重 Weight	公斤Kg
日期 Date 星期一 ()	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	睡前 Before Sleep	備註 Remark
星期二 ()					2.5.12			
星期三 ()								
星期四 ()								
星期五 ()								
星期六 ()								
星期日 ()	-							

						71	一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一	19星期	
_	早餐Brea	kfast 🕖	午餐Lun	ch 🤍	晚餐Dinn	er 🖉	體重 Weight	公)	FFKg
日期 Date	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	睡前 Before Sleep	備註 Remark	
星期一 ()	1 ·····								1
星期二 ()									
星期三 ()									
星期四 ()			80.0						
星期五 ()									
星期六 ()									
星期日 ()									

血糖測試記錄表 Glucolog

第20星期

10=++

	早餐Breakfast 🍏		午餐Lunch 🎯		晚餐Dinn	er Co	體重Weight	
日期 Date 星期一 ()	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	睡前 Before Sleep	備註 Remark
星期二 ()					2.5.12			
星期三 ()								
星期四 ()								
星期五 ()								
星期六 ()								
星期日 ()	-							· · · · · ·

- 1				· · · 71				Z 1 星期
2	早餐Brea	kfast 🕖	午餐Lun	ch 🤍	晚餐Dinn	er U	體重 Weight	公斤Kg
日期 Date	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	睡前 Before Sleep	備註 Remark
星期一 ()	1							
星期二 ()								
星期三 ()								
星期四 ()			200		1			
星期五 ()								
星期六 ()								
星期日 ()								

血糖測試記錄表 Glucolog

第22星期

4+21 H

1	-	1 IL 1		. (10)	marin The			
	早餐Brea	kfast	午餐Lun	ch 🥥	晚餐Dinn	er Cr	體重 Weight	公斤 Kg
日期 Date 星期一 ()	.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	睡前 Before Sleep	備註 Remark
星期二 ()					1.1			
星期三 ()								
星期四 ()								
星期五 ()								
星期六 ()								
星期日 ()								

		- Y		1	(71		23星期	
_	早餐Brea	kfast 🕖	午餐Lun	ch 🥥	晚餐Dinn	er Co	體重 Weight	公斤	FKg
日期 Date	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	睡前 Before Sleep	備註 Remark	
星期一 ()	1	1							1
星期二 ()	T	-							
星期三 ()									
星期四 ()			200						
星期五 ()									
星期六 ()									
星期日 ()									

血糖測試記錄表 Glucolog

第24星期

4272 H

	-		- 621	. 00	na di nime 71a			
_	早餐Brea	kfast	午餐Lun	ch 🎱	晚餐Dinn	er	體重 Weight	公斤Kg
日期 Date 星期一 ()	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	睡前 Before Sleep	備註 Remark
星期二 ()								
星期三 ()								
星期四 ()								
星期五 ()								
星期六 ()								
星期日 ()	-							





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