「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 ≥ 9%之病友 的監測方案

我的個人資料 My Personal Information

地址 Address	
本人患有糖尿病(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	e

■我的營養師 My Dietitian

姓名 Name

I所屬醫院Hospital

姓名 Name

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。

^{*}如拾獲本冊子,請聯絡本人歸還,謝謝!

糖化血紅蛋白 A1C		**********	
日期Date			
%			
理想目標Optimal <6.0 血壓 Blood Pressure	自定目標 Target:	<u></u> %	
日期Date			
mmHg			
	Hg 自定目標 Target: Body Mass Index (BMI) Wt (kg) Ht ² (m)	mmHg	
日期Date			
公斤/米Kg/m			
膽固醇 Cholesterol		***********	
日期 Date			
高密度HDL			
低密度LDL	1 10 1		- 4
總膽固醇Total			
理想目標Optimal HDL> 40-5 自定目標Target: 三酸甘油脂 Triglycerides	0 LDL <100 Total < 200(mg mg/dL	a/dL)	
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 Carr	e (2005) 28. Suppl. S4-S36.

						-24	第	1星期	
	早餐Brea	kfast 🦭	午餐Lun	ch 🤍	晚餐Dinn	ier 🔑	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									
星期五									
星期六									
星期日									

血糖測試記錄表 Glucolog

第2星期

1		-				-04	73	一:王/41
	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	1.7							
星期二								
星期三			42					
星期四								
星期五								
星期六								
星期日								

						-21	第	3星期
	早餐Brea	kfast 💟	午餐Lun	ch 🧼	晚餐Dinn	er 🔑	體重 Weight	公斤K
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				14				
星期四								
星期五								
星期六								
星期日								

血糖測試記錄表 Glucolog

第4星期

(16		0		- 21	~10	
	早餐Brea	早餐Breakfast		ch 🥯	受 晚餐Dinner		體重 Weight	公斤K
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	1.75				1			
星期二								
星期三								
星期四								
星期五								
星期六								
星期日								

		Y				-21	第5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				14					
星期四									
星期五									
星期六									
星期日									

血糖測試記錄表 Glucolog

第6星期

早餐Break	kfast)	左 您 Luni	2 7 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10				
		午餐Lunch		晚餐Dinner		體重Weight	△ 公斤 K _F
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
						10 et 11 l	
	前 Before	前 2小時後 After 2 hours	前 2小時後 前 After 2 hours Before	After 2 After 2	After 2 After 2 After 2	After 2 After 2 After 2	前 2小時後 前 2小時後 睡前 After 2 所 After 2 Before

第7星期 午餐Lunch ® 早餐Breakfast 晚餐Dinner 體重 Weight 公斤Kg 2小時後 After 2 2小時後 After 2 2小時後 After 2 睡前 日期 備註 Before Before Remark Date Before Before Sleep hours hours hours 星期一 星期二) 星期三 星期四 星期五) 星期六) 星期日

血糖測試記錄表 Glucolog

第8星期

	NAME OF THE OWNER,	100				- COAL.		
	早餐Breakfast		午餐Lunch		晚餐Dinn	晚餐Dinner		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								
()						-		
星期五								
()								
星期六								
()								
星期日	1							

						第9星期				
	早餐Brea	kfast 💟	午餐Lun	ch 🧼	晚餐Dinn	er 🔑	體重 Weight	公斤K		
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				14						
星期四										
星期五										
星期六										
星期日										

血糖測試記錄表 Glucolog

第10星期

				1000	- 21	71.		
	早餐Brea	kfast	午餐Lun	ch 🧼	晚餐Dinn	er S	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	17							
星期二								
星期三			<u></u>		1			
星期四								
星期五								
星期六								
星期日								

第11星期

	32.	*			71		寿	11
	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								
星期五								
星期六								
星期日	ĪΞ							

血糖測試記錄表 Glucolog

第12星期

			A CONTRACTOR					
	早餐Brea	kfast	午餐Lun	ch 🧼	晚餐Dinn	er G	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								
()								
星期五								
()								
星期六								
()								
星期日	1							

第13星期

					2 40	210	寿	しる重期
	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		-						
星期二								
星期三								
星期四								
星期五								
星期六								
星期日()								

血糖測試記錄表 Glucolog

第14星期

1	Y			0		-01		一生州
	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	1.7							
星期二								
星期三			W		1			
星期四								
星期五								
星期六								
星期日								

第15星期

		*			71		弗	ロを期
	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		-						
星期二								
星期三				14				
星期四								
星期五								
星期六								
星期日								

血糖測試記錄表 Glucolog

第16星期

- 1		· ·				-01	第10 生刑		
	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		1							
()									
星期四									
()									
星期五									
()									
星期六									
()									
星期日									
()									

第17星期

-		*	1 4			71		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		-						
星期二								
星期三				14				
星期四								
星期五								
星期六								
星期日	ŢĽ.							

血糖測試記錄表 Glucolog

第18星期

1					71		73	10 E 101
	早餐Brea	kfast	午餐Lun	ch 🧼	晚餐Dinn	er C	體重Weight	公斤Ke
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	17							
星期二								
星期三			<u></u>					
星期四()								
星期五								
星期六								
星期日								

第19星期

- 1					71		牙	17生州
	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 Atter 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		-		3.31				
星期二								
星期三								
星期四								
星期五								
星期六								
星期日								

血糖測試記錄表 Glucolog

第20星期

1	Y				Land Transport	-01	70'	20至初
	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								
()						L J		
星期五								
()								
星期六								
()								
星期日								

第21星期

		w Y	1.0			71		21 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								
星期五								
星期六								
星期日()								

血糖測試記錄表 Glucolog

第22星期

1		- Y					22生别		
	早餐Brea	kfast	午餐Lun	ch 🧼	晚餐Dinn	er CF	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	1.5				1				
星期二									
星期三									
星期四()									
星期五									
星期六									191
星期日	1								

							第23星期		
	早餐Brea	kfast 💟	午餐Lun	ch 🤍	晚餐Dinn	er 🔑	體重Weight	4	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				14					
星期四									
星期五									
星期六									
星期日									

血糖測試記錄表 Glucolog

第24星期

	Carrier and the						1	· - · 王 / V
	早餐Brea	kfast	午餐Lun	ch 🧼	晚餐Dinn	er C	體重 Weight _	☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
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	17							
星期二								
星期三			<u></u>					
星期四								
星期五								
星期六								
星期日								

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