

Controllo della glicemia

Registra i valori seguendo le indicazioni ricevute e annota nelle note eventuali variazioni importanti.

Periodo di riferimento

Mese ed anno: _____

Data	A digiuno (prima di colazione)	Prima di pranzo	Prima di cena	Prima di dormire	Note
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					

Legenda e promemoria

- Misura la glicemia seguendo le indicazioni ricevute.
- Se i valori cambiano o non ti senti bene, annotalo.

Data	A digiuno (prima di colazione)	Prima di pranzo	Prima di cena	Prima di dormire	Note
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					
31					

Sintomi da ricordare

Segnali che possono indicare ipoglicemia o iperglicemia.

Ipoglicemia (glicemia bassa)

- Sudorazione fredda
- Tremori
- Fame improvvisa
- Debolezza
- Confusione

Iperglicemia (glicemia alta)

- Sete intensa
- Minzione frequente
- Stanchezza
- Bocca secca
- Vista offuscata