TULOSTA

DIABEETIKON OMAHOITO -SEURANTAKAAVAKE

Nimi: _____

Syntymäaika: _____

Omalääkäri: _____

Lääkitys:

1 **Onko Sinulla todettu diabetes?**

- ☐ Kyllä
- ☐ Ei

2 **Onko lähisukulaisellasi sepelvaltimotauti?**

- ☐ Kyllä
- ☐ Ei

3 **Onko lähisukulaisellasi verenpainetauti?**

- ☐ Kyllä
- ☐ Ei

4 **Tupakoitko?**

- ☐ Kyllä
- ☐ Ei

Aikuistyypin diabeetikon omahoidon seuranta:

	Verensokeri			Lääkehoito			
pvm	**aamu**	**1 1/2 - 2 h aterian jälkeen**	**muu klo**	**insuliini-annos yksikköä/ päivä**	**muu lääkitys**	**liian alhaisen verensokerin oireita? kyllä / ei / klo**	**liikuntaa, minuuteissa**

Verensokeri paastoarvon (aamuverensokeri) tavoite 4-6 mmol/l

- Jos paastoverensokeri ylittää 10 mmol/l toistuvasti 3 päivän ajan, nosta iltainsuliinin annosta 4 yksikköä 3 päivän välein, kunnes paastoverensokeri on 7-9 mmol/l.
- Jos paastoverensokeri 7-9 mmol/l 3 päivän ajan, nosta insuliiniannosta 2 yksikköä 3 päivän ajan.

POLIKLINIKKA Tohtori.fi Lääkäriportaali