

JOURNAL D'AUTO-SURVEILLANCE DE LA GLYCÉMIE

L'auto-surveillance de votre glycémie est un élément important du traitement de votre diabète. Vous pourriez essayer de mesurer votre glycémie aux moments indiqués par les espaces *gris* ci-dessous. Écrivez ensuite vos valeurs dans la case appropriée. Vous pouvez mesurer votre glycémie plus souvent si vous voulez ou au besoin, par exemple, quand vous êtes triste ou stressé ou lorsque vous changez de médication – la mesure de votre glycémie à différentes heures du jour est une bonne façon de voir les variations de votre taux de sucre dans le sang au cours d'une journée.

Mois:

Objectifs: Avant les repas: **4 à 7**; 2 heures après un repas: **5 à 10**

Semaine	Jour	Déjeuner		Dîner		Souper		Au coucher
		Avant	2 hrs après	Avant	2 hrs après	Avant	2 hrs après	
Semaine 1	Dimanche							
	Lundi							
	Mardi							
	Mercredi							
	Jeudi							
	Vendredi							
	Samedi							
Semaine 2	Dimanche							
	Lundi							
	Mardi							
	Mercredi							
	Jeudi							
	Vendredi							
	Samedi							
Semaine 3	Dimanche							
	Lundi							
	Mardi							
	Mercredi							
	Jeudi							
	Vendredi							
	Samedi							
Semaine 4	Dimanche							
	Lundi							
	Mardi							
	Mercredi							
	Jeudi							
	Vendredi							
	Samedi							

Test annuel de concordance entre le glucomètre et le laboratoire
(date): _____

© La Fondation pour l'éducation médicale continue, téléchargement gratuit à: www.fmpe.org

