

Bản Ghi Lại Số Đường Huyết

Your Blood Sugar Log

Con số chỉ tiêu khi đo đường trong máu là:
4.0–7.0 mmol/L **trước** bữa ăn
5.0–10.0 mmol/L **sau** bữa ăn hai tiếng đồng hồ

Mỗi tuần quý vị hãy kiểm tra từ 4–7 lần hoặc theo lời dặn của bác sĩ hay chuyên viên hướng dẫn về bệnh tiểu đường.

Ngày	Trước bữa ăn sáng	2 tiếng đồng hồ sau khi ăn sáng	Trước bữa ăn trưa	2 tiếng đồng hồ sau khi ăn trưa	Trước bữa ăn chiều	2 tiếng đồng hồ sau khi ăn chiều	Trước bữa ăn nhẹ của buổi tối	Ghi chú

Quý vị phải đem so máy đo đường của quý vị với thử nghiệm đường trong máu tại phòng thí nghiệm ít nhất là mỗi năm một lần.

Tài liệu này soạn ra chỉ sử dụng cho mục đích thông tin. Không nên dùng tài liệu này để thay thế cho việc khuyên giải/giảng dạy và/hoặc điều trị trong lãnh vực y khoa. Nếu quý vị có những thắc mắc riêng, xin vui lòng tham khảo với bác sĩ của quý vị hoặc những chuyên viên y tế thích hợp.