



Autocontrolul și automonitorizarea glicemiei

Самонаблюдение и самоконтроль при сахарном диабете

Dacă doriți să aveți un control bun al diabetului, este nevoie de automonitorizare și autocontrol al valorilor glucozei (zahărului) în sânge – permanent! Această monitorizare va arăta cât de bine tratați diabetul! Monitorizarea glicemiilor se va face de către Dumneavoastră și constă în înregistrarea datelor glicemiilor într-un carnețel sau în Carnetul de autocontrol al persoanei cu diabet zaharat tip 2”.

Măsurarea glicemiei va avea loc în diferite momente ale zilei și în diferite situații:

- înainte de și la 2 ore după masă;
- înainte de și după efort fizic;
- noaptea, în intervalul 2.00-3.00;
- în momentele când nu vă simțiți bine etc.

Если Вы хотите добиться качественного контроля сахарного диабета, необходимо следить за собой и самостоятельно контролировать уровень глюкозы (сахара) в крови – постоянно! Это отслеживание покажет, насколько хорошо Вам удастся компенсировать сахарный диабет! Вы должны самостоятельно контролировать Ваш уровень глюкозы в крови и записывать полученные данные о гликемии в блокнот или в «Дневник самоконтроля больных сахарным диабетом 2 типа».

Измерение уровня глюкозы в крови должно осуществляться в разное время суток и в разных ситуациях:

- перед едой и через два часа после еды;
- перед и после физических нагрузок;
- ночью между 2:00 и 3:00;
- в моменты, когда Вы плохо себя чувствуете, и т.д.



Elveția.



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII
AL REPUBLICII MOLDOVA

Swiss TPH

Swiss Tropical and Public Health Institute
Schweizerisches Tropen- und Public Health-Institut
Institut Tropical et de Santé Publique Suisse

Tehnica de măsurare a glicemiei

Техника измерения уровня глюкозы

