

Pagsubaybay ng Glucose ng Dugo

Tinalakay ko na sa aking tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan o health care provider, kung bakit kailangan kong subaybayan ang aking asukal sa dugo o blood sugar, at kung ilang beses na dapat kong subaybayan ang naturang dami. Nalalaman ko na ang asukal sa dugo ay nagbabago sa buong araw, at mas mataas ito pagkatapos na kumain, at ang pagsubaybay sa aking asukal sa dugo ay magsasabi sa akin kung gaano kaayos na nakokontrol ang aking dayabetis.

- Makakatulong ito sa pagpili ng pagkaing aking kakainin at ng gawaing aking paplanuhin.
- Makakatulong ito sa akin at sa aking tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan para malaman kung ang mga gamot ko sa dayabetis ay ganap na tumatalab.
- Makakatulong ito para malaman ang mga epekto sa akin kapag ako'y nababalisa.
- Kung magkakasakit ako, makakatulong ito sa akin at sa aking tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan para malaman kung ang aking pagkain o mga gamot ay kailangang baguhin.
- Kung ang dami ng aking asukal sa dugo ay nasa:

Pulang sona – kailangang tawagan ko ang aking tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan sapagkat ang aking mga asukal ay napakataas o napakababa.

Dilaw na sona – ito ay isang babala na maaaring mali ang aking patutunguhan. Kailangang sumangguni ako sa aking gabay para sa pasyente upang maiwasan ang mataas o mababang dami ng asukal sa dugo.

Berde na sona – maayos ang kontrol.

Ako at ang aking tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan ay nagkasundo na magsasagawa ako ng pagsusuri (bilugan) bago/pagkatapos kumain, magsagawa ng gawain, sa pagtulog at ___ beses bawa't araw/linggo/buwan.

Lagda ng pasyente: _____ Lagda ng Tagapagbigay ng Pangangalaga: _____

Mga Resulta ng Aking Asukal sa Dugo para sa Buwan ng _____

Araw ng buwan



Ang mga sonang pula, dilaw at berde ay itinatag ng pasyente at ng tagapagbigay ng pangangalaga.
 Gumamit ng "X" upang malagyan ng marka ang dami ng iyong asukal sa dugo kung sinuri bago kumain.
 Gumamit ng "O" upang malagyan ng marka ang dami ng iyong asukal sa dugo kung sinuri pagkatapos kumain.