

Prawidłowe poziomy cukru we krwi

Na czczo i przed każdym posiłkiem: 70–90 mg/dl (3,9–5,0 mmol/l)
1 godzinę po rozpoczęciu posiłku: poniżej 140 mg/dl (< 7,8 mmol/l)
 2 godziny po posiłku: poniżej 120 mg/dl (<6,7 mmol/l)
Między 2.00 a 4.00 godz.: 70–90 mg/dl (3,9–5,0 mmol/l)

Data	Pomiary glukozy we krwi									
	Na czczo	1 godz. po I śniad.	1 godz. po II śniad.	1 godz. po obiedzie	1 godz. po podwiecz.	1 godz. po I kolacji	glukoza (gl) ciała ketonowe (ck) w moczu rano		wysiłek fizyczny	
							(gl)	(ck)	ilość kroków	inne ćwiczenia

Godzina	Rodzaj insuliny	Dawka insuliny	Godzina	Rodzaj insuliny	Dawka insuliny
7.30			17.30		
12.30			21.30		

Prawidłowe poziomy cukru we krwi

Na czczo i przed każdym posiłkiem: 70–90 mg/dl (3,9–5,0 mmol/l)
1 godzinę po rozpoczęciu posiłku: poniżej 140 mg/dl (< 7,8 mmol/l)
 2 godziny po posiłku: poniżej 120 mg/dl (< 6,7 mmol/l)
Między 2.00 a 4.00 godz.: 70–90 mg/dl (3,9–5,0 mmol/l)

Pomiary glukozy we krwi

Data	Na czczo	1 godz. po I śniad.	1 godz. po II śniad.	1 godz. po obiedzie	1 godz. po podwiecz.	1 godz. po I kolacji	glukoza (gl) ciała ketonowe (ck) w moczu rano		wysiłek fizyczny	
							(gl)	(ck)	ilość kroków	inne ćwiczenia

Godzina	Rodzaj insuliny	Dawka insuliny	Godzina	Rodzaj insuliny	Dawka insuliny
7.30			17.30		
12.30			21.30		

Prawidłowe poziomy cukru we krwi

Na czczo i przed każdym posiłkiem: **70-90 mg/dl (3,9-5,0 mmol/l)**
1 godzinę po rozpoczęciu posiłku: **poniżej 140 mg/dl (< 7,8 mmol/l)**
 2 godziny po posiłku: **poniżej 120 mg/dl (<6,7 mmol/l)**
Między 2.00 a 4.00 godz.: **70-90 mg/dl (3,9-5,0 mmol/l)**

Pomiary glukozy we krwi										
Data	Na czczo	1 godz. po I śniad.	1 godz. po II śniad.	1 godz. po obiedzie	1 godz. po podwiecz.	1 godz. po I kolacji	glukoza (gl) ciała ketonowe (ck) w moczu rano		wysiłek fizyczny	
							(gl)	(ck)	ilość kroków	inne ćwiczenia

Godzina	Rodzaj insuliny	Dawka insuliny	Godzina	Rodzaj insuliny	Dawka insuliny
7.30			17.30		
12.30			21.30		

Prawidłowe poziomy cukru we krwi

Na czczo i przed każdym posiłkiem: **70-90 mg/dl (3,9-5,0 mmol/l)**
1 godzinę po rozpoczęciu posiłku: **poniżej 140 mg/dl (< 7,8 mmol/l)**
 2 godziny po posiłku: **poniżej 120 mg/dl (<6,7 mmol/l)**
Między 2.00 a 4.00 godz.: **70-90 mg/dl (3,9-5,0 mmol/l)**

Pomiary glukozy we krwi

Data	Na czczo	1 godz. po I śniad.	1 godz. po II śniad.	1 godz. po obiedzie	1 godz. po podwiecz.	1 godz. po I kolacji	glukoza (gl) ciała ketonowe (ck) w moczu rano		wysiłek fizyczny	
							(gl)	(ck)	ilość kroków	inne ćwiczenia

Godzina	Rodzaj insuliny	Dawka insuliny	Godzina	Rodzaj insuliny	Dawka insuliny
7.30			17.30		
12.30			21.30		

Prawidłowe poziomy cukru we krwi

Na czczo i przed każdym posiłkiem: **70–90 mg/dl (3,9–5,0 mmol/l)**
1 godzinę po rozpoczęciu posiłku: **poniżej 140 mg/dl (< 7,8 mmol/l)**
 2 godziny po posiłku: **poniżej 120 mg/dl (<6,7 mmol/l)**
Między 2.00 a 4.00 godz.: **70–90 mg/dl (3,9–5,0 mmol/l)**

Pomiary glukozy we krwi

Data	Na czczo	1 godz. po I śniad.	1 godz. po II śniad.	1 godz. po obiedzie	1 godz. po podwiecz.	1 godz. po I kolacji	glukoza (gl) ciała ketonowe (ck) w moczu rano		wysiłek fizyczny	
							(gl)	(ck)	ilość kroków	inne ćwiczenia

Godzina	Rodzaj insuliny	Dawka insuliny	Godzina	Rodzaj insuliny	Dawka insuliny
7.30			17.30		
12.30			21.30		

Prawidłowe poziomy cukru we krwi

Na czczo i przed każdym posiłkiem: 70–90 mg/dl (3,9–5,0 mmol/l)
1 godzinę po rozpoczęciu posiłku: poniżej 140 mg/dl (< 7,8 mmol/l)
 2 godziny po posiłku: poniżej 120 mg/dl (< 6,7 mmol/l)
Między 2.00 a 4.00 godz.: 70–90 mg/dl (3,9–5,0 mmol/l)

Pomiary glukozy we krwi

Data	Na czczo	1 godz. po I śniad.	1 godz. po II śniad.	1 godz. po obiedzie	1 godz. po podwiecz.	1 godz. po I kolacji	glukoza (gl) ciała ketonowe (ck) w moczu rano		wysiłek fizyczny	
							(gl)	(ck)	ilość kroków	inne ćwiczenia

Godzina	Rodzaj insuliny	Dawka insuliny	Godzina	Rodzaj insuliny	Dawka insuliny
7.30			17.30		
12.30			21.30		

Prawidłowe poziomy cukru we krwi

Na czczo i przed każdym posiłkiem: 70–90 mg/dl (3,9–5,0 mmol/l)
1 godzinę po rozpoczęciu posiłku: poniżej 140 mg/dl (< 7,8 mmol/l)
 2 godziny po posiłku: poniżej 120 mg/dl (<6,7 mmol/l)
Między 2.00 a 4.00 godz.: 70–90 mg/dl (3,9–5,0 mmol/l)

Pomiary glukozy we krwi

Data	Na czczo	1 godz. po I śniad.	1 godz. po II śniad.	1 godz. po obiedzie	1 godz. po podwiecz.	1 godz. po I kolacji	glukoza (gl) ciała ketonowe (ck) w moczu rano		wysiłek fizyczny	
							(gl)	(ck)	ilość kroków	inne ćwiczenia

Godzina	Rodzaj insuliny	Dawka insuliny	Godzina	Rodzaj insuliny	Dawka insuliny
7.30			17.30		
12.30			21.30		