



Diagnosis S.A.
ul. Gen. W. Andersa 38A
15-113 Białystok

www.diagnosis.pl

Bezpłatna infolinia
800 70 30 11

DZIENNICZEK SAMOKONTROLI

ciśnienia i glikemii

ZESKANUJ
I DOWIEDZ SIĘ
WIĘCEJ



Rev. 2018.09.17



DIAGNOSTIC
GOLD SYSTEM

DLACZEGO WARTO?

 PROGRAM
Analityczny

 PAMIĘĆ
500 pomiarów

 BRAK
Kodowania

 5 SEKUND
Szybki pomiar

 0,9 µl
Mała próbka krwi

 ALARM
Hipoglikemii

 POMIAR
Przed i po posiłku

**Dla pacjentów z cukrzycą
często wykonujących
pomiarы glikemii**



» www.glukometrgold.pl

Zaprojektowane dla

**Rekomendowany
dla pacjentów
z nadciśnieniem
tętnicznym i
cukrzycą**



UA-651
Automatyczny
ciśnieniomierz
naramienny



- Klinicznie sprawdzony algorytm pomiarowy
- Czytelny, 3-liniowy wyświetlacz
- Pomiar dokonywany jednym przyciskiem
- Dokonuje pomiaru przy nieregularnym pulsie (IHB)
- Klasyfikacja wyniku pomiaru wg WHO
- Pamięć 30 ostatnich pomiarów, wskazuje średni wynik ze wszystkich pomiarów
- Komfortowy mankiet SlimFit M (22-32 cm) – opcjonalnie L (32-45 cm)
- Możliwość zastosowania zasilacza sieciowego

**Wykrywa
migotanie**



**Diagnostic
Pro Afib**
Automatyczny
ciśnieniomierz
naramienny



- Wczesna diagnoza migotania przedsionków redukuje ryzyko udaru mózgu
- Innowacyjna Technologia DuoAfib, umożliwiają wykrycie migotania przedsionków podczas prostego pomiaru ciśnienia, urządzenie wykonuje dwa pomiary, które gwarantują bardzo dokładny wynik i komfortu podczas pomiaru
- Wykrywa ruch ciała podczas pomiaru, a także źle założony mankiet, funkcje te pozwalają wyeliminować błędy podczas wykonywania pomiaru
- Bardzo duży wyświetlacz, idealny nawet dla osób mających problemy ze wzrokiem
- Uniwersalny, łatwy w użyciu mankiet o rozmiarze 22-42 cm

Tabela przeliczeniowa z mg/dl na mmol/l

Glikemia, czyli wartość stężenia glukozy we krwi wyrażana jest w różnych jednostkach w mmol/l lub mg/dl. Celem przeliczenia wartości glikemii z jednych jednostek na drugie stosuje się przelicznik: **1 mmol/l = 18,1 mg/dl**

mg/dl	mmol/l	mg/dl	mmol/l	mg/dl	mmol/l	mg/dl	mmol/l
30,6	1,7	108,0	6,0	174,6	9,7	241,2	13,4
34,2	1,9	109,8	6,1	176,4	9,8	243	13,5
37,8	2,1	111,8	6,2	178,2	9,9	244,8	13,6
41,4	2,3	113,4	6,3	180,0	10,0	246,6	13,7
45,0	2,5	115,2	6,4	181,8	10,1	248,4	13,8
48,6	2,7	117,0	6,5	183,6	10,2	250,2	13,9
52,2	2,9	118,8	6,6	185,4	10,3	252,0	14,0
64,0	3,5	120,6	6,7	187,2	10,4	253,8	14,1
55,8	3,1	122,4	6,8	189,0	10,5	255,6	14,5
57,6	3,2	124,2	6,9	190,8	10,6	257,4	14,3
59,4	3,3	120,0	7,0	192,6	10,7	259,5	14,4
61,2	3,4	127,8	7,1	194,4	10,8	261,0	14,5
63	3,5	129,8	7,2	196,2	10,9	252,8	14,6
64,8	3,6	131,4	7,3	198,0	11,0	264,6	14,7
66,6	3,7	133,2	7,4	199,8	11,1	265,4	14,8
68,4	3,8	135	7,5	201,6	11,2	263,2	14,9
70,2	3,9	136,8	7,6	203,4	11,3	270,0	15,0
72,0	4,0	138,6	7,7	205,2	11,4	271,8	15,1
73,8	4,1	140,4	7,8	207,0	11,5	273,6	15,2
75,0	4,2	142,2	7,9	203,8	11,6	275,4	15,3
77,4	4,3	144,0	8,0	210,6	11,7	277,2	15,4
79,2	4,4	145,8	8,1	212,4	11,8	279,0	15,5
81,0	4,5	147,6	8,2	214,5	11,9	280,8	15,6
82,8	4,6	149,4	8,3	216,0	12,0	282,6	15,7
84,6	4,7	151,2	8,4	217,8	12,1	284,4	15,8
86,4	4,8	153	8,5	219,6	12,2	286,2	15,9
88,2	4,9	154,8	8,6	221,4	12,3	288,0	16,0
90,0	5,0	156,6	8,7	223,2	12,4	289,8	16,1
91,8	5,1	158,4	8,8	225,0	12,5	291,6	16,2
93,6	5,2	180,2	8,9	225,8	12,6	293,4	16,3
95,4	5,3	162,0	9,0	228,6	12,7	295,2	16,4
97,2	5,4	163,8	9,1	230,4	12,8	297,0	16,5
99,0	5,5	185,6	9,2	232,2	12,9	298,8	16,6
100,8	5,6	167,4	9,3	234,0	13,0	300,6	16,7
102,8	5,7	169,2	9,4	235,8	13,1	302,4	16,8
104,4	5,8	171,0	9,5	237,6	13,2	304,2	16,9
103,2	5,9	172,8	9,6	239,4	13,3	305,0	17,0

Dane pacjenta

Imię

Nazwisko

Tel.

Lekarz prowadzący

Imię

Nazwisko

Tel.

Adres poradni

ulica

miasto

Tel.

Pomiar glukozy we krwi

Samodzielne monitorowanie poziomu glukozy we krwi jest istotnym elementem samokontroli osób z zaburzeniami cukrzycowymi. Uzyskane dane są bardzo cenne dla lekarza, pielęgniarki i samego pacjenta. Warto przestrzegać zaleceń lekarskich dotyczących częstotliwości i sposobu pomiaru. Niniejszy dzienniczek służy do zapisywania uzyskanych wyników

Do samodzielnego wykonania pomiaru potrzebne są:

- glukometr
- nakłuwacz
- paski testowe

Zasady prawidłowego pomiaru stężenia glukozy we krwi.

- zawsze zapoznaj się z instrukcją dołączoną do glukometru, nakłuwacza i pasków testowych
- nigdy nie pożyczaj nakłuwacza innym osobom
- zawsze używaj sterylnego lancetu (igły) do nakłuwacza
- za każdym razem używaj nowego paska testowego. Paski testowe są przeznaczone do jednorazowego użytku

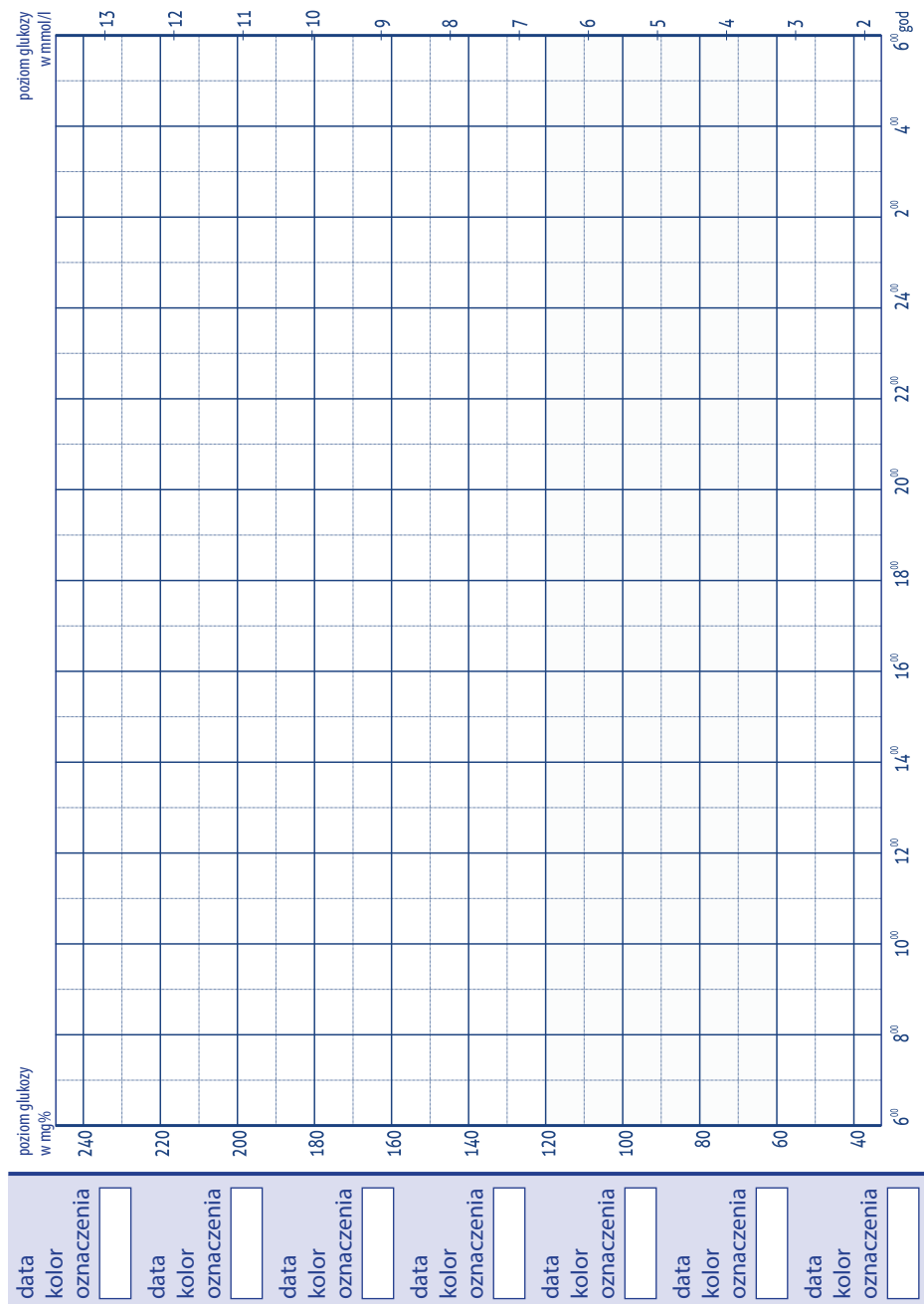
Pobranie próbki krwi

- wybierz miejsce pobrania próbki. Wybór miejsca skonsultuj z lekarzem. Najczęściej krew do badania pobiera się z opuszki palca.
- umyj ręce ciepłą wodą z mydłem. Spłucz i dokładnie osusz
- nie powinno się dezynfekować miejsca pobrania alkoholem. Jeżeli używasz alkoholu do dezynfekcji upewnij się, że miejsce pobrania jest suche (alkohol całkowicie odparował).
- ogrzanie skóry w miejscu pobrania (na przykład przez potarcie) poprawi ukrwienie i ułatwi uzyskanie wystarczającej próbki krwi.
- pobierz próbkę krwi zgodnie z instrukcją użycia nakłuwacza.
- uzyskana kropla powinna być wypukła
- nie należy wyciskać siłą kropli krwi z palca
- wykonaj pomiar poziomu glukozy zgodnie z instrukcją użycia glukometru

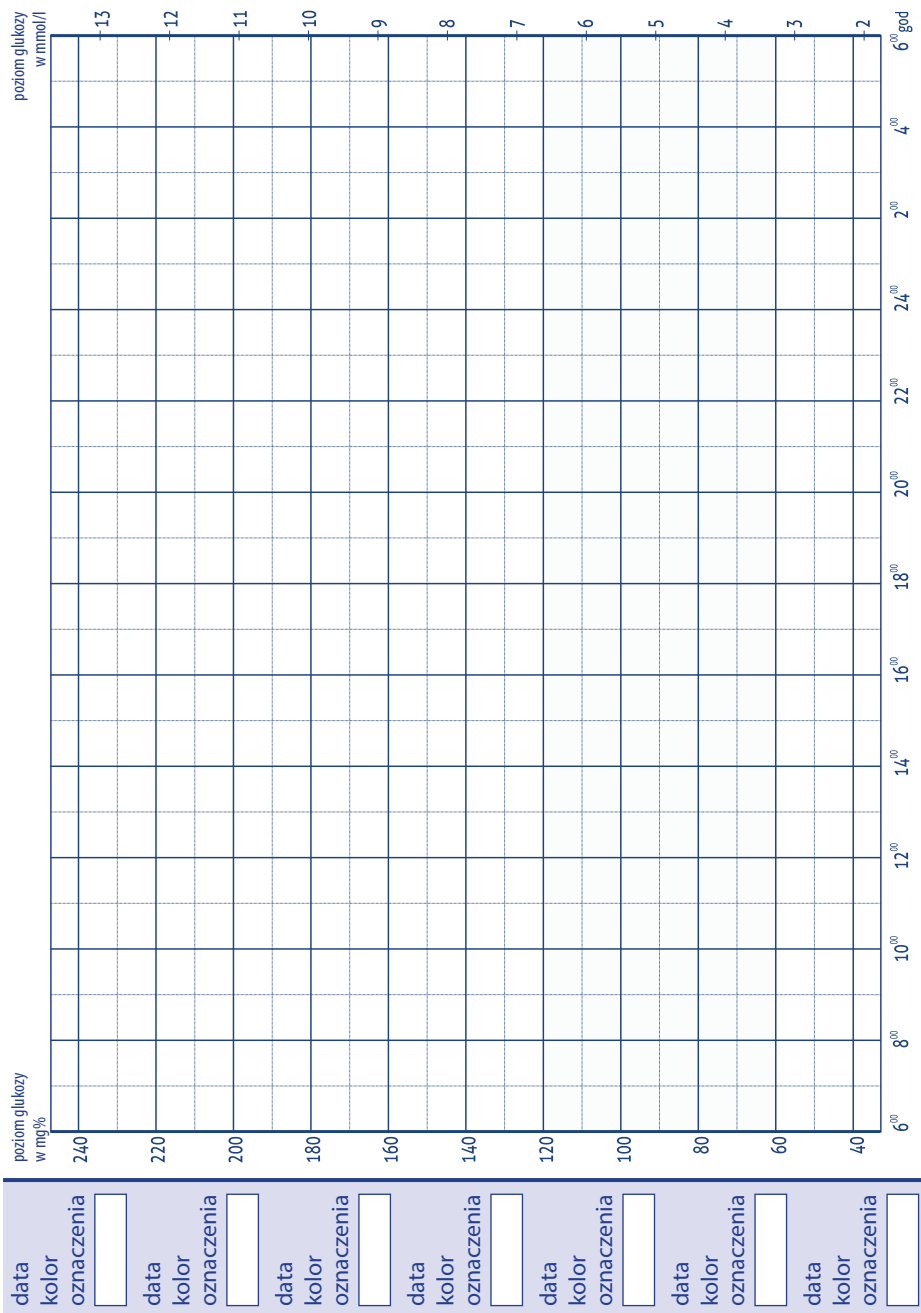
Co to jest nadciśnienie i jak je kontrolować?

Nadciśnienie tętnicze jest chorobą układu krążenia, podczas której w naczyniach panuje zwiększone ciśnienie krwi. Często chory nie odczuwa podwyższonego ciśnienia tętniczego i na ogół odkrywa je przypadkowo. Długotrwałe utrzymujące się podwyższone ciśnienie tętnicze wywiera bardzo szkodliwy wpływ na naczynia, serce i nerki. Następtwami nieleczzonego lub nieskutecznie leczonego nadciśnienia są: choroba wieńcowa, niewydolność serca, udar mózgu a także niewydolność nerek.

Dobowy profil glikemii



Dobowy profil glikemii



U wielu osób do obniżenia podwyższonego ciśnienia prowadzi modyfikacja stylu życia np.:

- ograniczenie spożycia soli i tłuszczów
- odpowiednia dieta
- regularna, dostosowana do możliwości aktywność fizyczna
- normalizacja masy ciała

Bardzo ważne są także pomiary ciśnienia dokonywane przez chorego w domu.

Dlaczego warto mierzyć ciśnienie w domu?

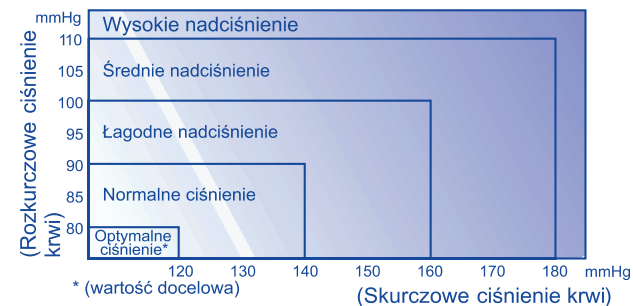
Sporadyczne mierzenie ciśnienia krwi w gabinecie lekarskim nie wystarcza, konieczna jest dodatkowa, systematyczna kontrola w domu. Pomiar ciśnienia w szpitalu, czy gabinecie może powodować lęk (tzw. syndrom białego fartucha) i wpływać na podwyższenie ciśnienia nawet o 25-30 mmHg. Dokonywanie pomiaru w domu redukuje wszelkie wpływy zewnętrzne. Jest łatwe do wykonania i przyczynia się do poprawy współpracy pacjenta z lekarzem.

Jak wykonać prawidłowo pomiar?

- przed pomiarem odpręż się
- 10-15 min
- usiądź wygodnie
- oprzyj ramię na stole
- ułóż środek mankietu na wysokości serca
- podczas pomiaru pozostań nieruchomo i w ciszy
- kolejne pomiary dokonuj w odstępach minimum 10 min.
- postaraj się mierzyć ciśnienie krwi zawsze o tej samej porze



Klasyfikacja wyników pomiaru ciśnienia tętniczego według WHO - Światowej Organizacji Zdrowia



Wizyty kontrolne

Data	Uwagi lekarza prowadzącego

Dieta cukrzycowa

Zaplanuj z lekarzem, pielęgniarką lub diabetologiem liczbę wymienników węglowodanowych (WW) oraz wartości odżywczych niezbędnych do spożycia w ciągu całej doby.

Pora dnia	Wymienniki Węglowodanowe (WW)
Śniadanie	
II Śniadanie	
Obiad	
Podwieczorek	
Kolacja	
II Kolacja	
Razem	

Zapotrzebowanie na składniki pokarmowe	
Zaopatrzenie energetyczne (kcal)	
Węglowodany	
Białko	
Tłuszcze	

Pomiar ciśnienia tętniczego

Data	Godzina	Ciśnienie skurczowe (mm Hg)	Ciśnienie rozskurczowe (mm Hg)	Czynność serca/tętno (uderzeń na minutę)	Uwagi / notatki

Wizyty kontrolne

Data	Uwagi lekarza prowadzącego

Częstotliwość badań (wypełnia lekarz)

Podstawowe badania wykonywane w leczeniu cukrzycy	Sugerowana częstotliwość wykonywanych badań				
	1 x w tygodniu	2 x w tygodniu	1 x w miesiącu	1 x na pół roku	1 x w roku
cukier i aceton w moczu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ciśnienie tętnicze krwi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
masa ciała BMI	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
HbA1/HbA1C	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
badanie ogólne moczu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
mikroalbuminuria	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
samokontrola stóp	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
cholesterol całkowity	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
cholesterol LDL	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
cholesterol HDL	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
trójglicerydy	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
kontrola u okulisty	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
EKG	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
kontrola czucia w obrębie nóg i rąk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Pomiar poziomu glukozy we krwi	Uwagi						
		Noc	3:00 - 4:00				
24:00							
Dzień	2 godziny po kolacji						
	Przed kolacją						
	2 godziny po obiedzie						
	Przed obiadem						
	2 godziny po śniadaniu						
Data	Na czczo						

Pomiar ciśnienia tętniczego

Uwagi / notatki						
Czynność serca/tętno (uderzeń na minutę)						
Ciśnienie rozskurczowe (mm Hg)						
Ciśnienie skurczowe (mm Hg)						
Godzina						
Data						

Konsultacje specjalistyczne

Data badania:

Badanie	Moje wyniki
HbA1C	
Cukier na czczo	
Cukier 1,5-2 h po posiłku	
Cholesterol całkowity	
LDL - cholesterol	
HDL - cholesterol	
Triglecydy	
Ciśnienie tętnicze krwi	
BMI lub RMBI	
Obwód talii	

Data badania:

Badanie	Moje wyniki
HbA1C	
Cukier na czczo	
Cukier 1,5-2 h po posiłku	
Cholesterol całkowity	
LDL - cholesterol	
HDL - cholesterol	
Triglecydy	
Ciśnienie tętnicze krwi	
BMI lub RMBI	
Obwód talii	

Konsultacje specjalistyczne

Data badania:

Badanie	Moje wyniki
HbA1C	
Cukier na czczo	
Cukier 1,5-2 h po posiłku	
Cholesterol całkowity	
LDL - cholesterol	
HDL - cholesterol	
Triglecydy	
Ciśnienie tętnicze krwi	
BMI lub RMBI	
Obwód talii	

Data badania:

Badanie	Moje wyniki
HbA1C	
Cukier na czczo	
Cukier 1,5-2 h po posiłku	
Cholesterol całkowity	
LDL - cholesterol	
HDL - cholesterol	
Triglecydy	
Ciśnienie tętnicze krwi	
BMI lub RMBI	
Obwód talii	

Pomiar poziomu glukozy we krwi

Uwagi										
	Noc		Dzień		Data					
	3:00 - 4:00	24:00	2 godziny po kolacji	Przed kolacją	2 godziny po obiedzie	Przed obiadem	2 godziny po śniadaniu	Na czczo		

Pomiar ciśnienia tętniczego

Uwagi / notatki						
Czynność serca/tętno (uderzeń na minutę)						
Ciężnienie rozskurczowe (mm Hg)						
Ciężnienie skurczowe (mm Hg)						
Godzina						
Data						

Insulinoterapia

(wypełnia lekarz)

Zalecenia	Przed śniadaniem	Przed obiadem	Przed kolacją	Insulina nocna
rodzaj insuliny				
dawka insuliny				
godzina podania				

Leczenie doustne

(wypełnia lekarz)

Zalecenia	Przed śniadaniem	Przed obiadem	Przed kolacją	Insulina nocna
rodzaj leku				
dawka				
godzina podania				

Zalecenia lekarskie

Monitorowanie glikemii (wypełnia lekarz)

Dzień tygodnia	Na czczo	Przed śniadaniem	Przed obiadem	Po obiedzie	Przed kolacją	Przed snem	24.00	3.30
Poniedziałek								
Wtorek								
Środa								
Czwartek								
Piątek								
Sobota								
Niedziela								

Dzień tygodnia	Na czczo	Przed śniadaniem	Przed obiadem	Po obiedzie	Przed kolacją	Przed snem	24.00	3.30
Poniedziałek								
Wtorek								
Środa								
Czwartek								
Piątek								
Sobota								
Niedziela								

Pomiar poziomu glukozy we krwi	Uwagi							
	Noc	3:00 - 4:00						
		24:00						
	Dzień	2 godziny po kolacji						
		Przed kolacją						
		2 godziny po obiedzie						
		Przed obiadem						
		2 godziny po śniadaniu						
	Data	Na czczo						

