

Dzienniczek samokontroli



SYSTEMY MONITORUJĄCE STĘŻENIE GLUKOZY WE KRWI

NOWOŚĆ



**Gluko
maxx BT**



**Gluko
maxx**



**Gluko
maxx CONNECT**



iXell



iXell pro

Glukometry współpracują z bezpłatną
aplikacją  Zdrowiej

*Nie dotyczy aplikacji Zdrowiej.

To jest wyrób medyczny.
Używaj go zgodnie z instrukcją używania
lub etykietą.*

DOKŁADNOŚĆ I PRECYZJA

Systemy monitorujące stężenie glukozy we krwi



Glucos maxx[®] BT

- Dyskretny – idealny dla młodych Pacjentów. Dzięki uchwytywi na smycz na pewno go nie zgubimy.
- Możliwość obserwacji poziomów glikemii w aplikacji Zdrowiej



Zdrowiej



Glucos maxx[®]

- Duży ekran – czytelność wyniku
- Podświetlana szczelina – łatwe umieszczenie paska testowego

Glucos maxx[®] CONNECT

- Możliwość obserwacji poziomów glikemii w aplikacji Zdrowiej
- AC/PC – oznaczenie pomiarów przed i po posiłku
- 4 alarmy – przypomnienie o badaniach



Zdrowiej



Zdrowiej

Poznaj aplikację, dzięki której życie z cukrzycą staje się łatwiejsze!

Co zapewnia aplikacja Zdrowiej?

- Przejrzysta analiza danych glikemii
- Dzielenie się z profesjonalistą danymi na odległość

Drogi Pacjencie,

Trzymasz w ręku dzienniczek samokontroli, który powstał specjalnie dla Ciebie. Znajdziesz w nim dwa rodzaje tabel. Systematyczne wypełnianie ich pozwoli na właściwą kontrolę cukrzycy. Warto skrupulatnie przestrzegać zaleconego przez lekarza lub pielęgniarkę terminarza pomiarów.

Dzienniczek zawiera również informacje, jak prawidłowo wykonać pomiar oraz jakich błędów należy się wystrzegać podczas jego wykonywania.

Warto pamiętać, że określenie „pomiar dwie godziny po posiłku” oznacza 2 godziny od pierwszego kęsa tego posiłku.

Wszystkie najważniejsze informacje uzyskasz od lekarza prowadzącego lub pielęgniarki.

Niniejszy dzienniczek powstał dzięki firmie Genexo i jest przeznaczony dla użytkowników wszystkich glukometrów linii **Glucomaxx®**, **iXell®** i **Glucosense®** gwarantujących precyzję i dokładność pomiaru glukozy.

Pamiętaj, że dla glukometrów z modułem Bluetooth możesz skorzystać z bezpłatnej aplikacji  **Zdrowiej**, w której znajduje się m.in. elektroniczny dzienniczek samokontroli (wyniki z glukometru **Glucomaxx® BT** oraz glukometru **Glucomaxx® CONNECT** zapisują się automatycznie).

Dzienniczek samokontroli znajduje się również na nowej stronie www.genexodladiabetyka.pl/cukrzyca.

Masz pytanie? Zadzwoń pod numer naszej infolinii:

801 808 818* lub 516 203 516**

Zespół Genexo

*całkowity koszt połączenia w cenie 1 impulsu wg taryfy operatora

** koszt połączenia ponosi dzwoniący zgodnie z taryfą operatora

Pacjent:

Imię:

Nazwisko:

Telefon:

Lekarz prowadzący:

Imię:

Nazwisko:

Telefon:

Poradnia diabetologiczna:

Adres:

Telefon:

Osoba kontaktowa:

Imię:

Nazwisko:

Telefon:

WIZYTY KONTROLNE

TERMIN WIZYTY	UWAGI LEKARSKIE

WYNIKI BADANIA HEMOGLOBINY GLIKOWANEJ (HbA _{1c})			
Data			
Wynik			

KONSULTACJE SPECJALISTYCZNE

wypełnia lekarz prowadzący

ZALECENIA DOTYCZĄCE MONITOROWANIA GLIKEMII:

Dzień tygodnia	Na czczo (po wstaniu z łóżka)	Po śniadaniu	Przed obiadem	Po obiedzie	Przed kolacją	Po kolacji	Przed snem	W nocy
pon.- -pt.								
sobota								
nie- dziela								
docelowe wartości								

ZALECENIA DOTYCZĄCE INSULINOTERAPII:

Zalecenia	Przed śniadaniem	Przed obiadem	Przed kolacją	W nocy
Rodzaj insuliny				
Dawka insuliny				
Godzina podania				

ZALECENIA DOTYCZĄCE DIETY:

Dzienne zapotrzebowanie energetyczne (kcal)	
Węglowodany	
Białko	
Tłuszcze	

ZALECANA CZĘSTOŚĆ SAMOKONTROLI GLIKEMII PRZY UŻYCIU GLUKOMETRU

Sposób leczenia cukrzycy	Częstość pomiarów glikemii przy użyciu glukometru
Wielokrotne (tj. co najmniej 3 razy dziennie) wstrzyknięcia insuliny, intensywna funkcjonalna insulinoterapia, niezależnie od typu cukrzycy	▶ Wielokrotne (tj. co najmniej 4 razy dziennie , zalecane 8 razy dziennie) pomiary w ciągu doby według ustalonych zasad leczenia oraz potrzeb pacjenta
Osoby stosujące nieinsulinowe leki przeciwhiperlikemiczne	▶ Raz w tygodniu skrócony profil glikemii (na czczo i po głównych posiłkach), codziennie 1 badanie o różnych porach dnia
Osoby z cukrzycą typu 2 leczone stałymi dawkami insuliny	▶ Codziennie 1-2 pomiary glikemii, dodatkowo raz w tygodniu skrócony profil glikemii (na czczo i po głównych posiłkach) oraz raz w miesiącu dobowy profil glikemii

Półprofil glikemii (skrócony profil glikemii) – 4 pomiary

- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| ➤ Rano (na czczo) | ➤ 2 godziny po obiedzie |
| ➤ 2 godziny po śniadaniu | ➤ 2 godziny po kolacji |

Profil glikemii (dobowy profil glikemii) – 8 pomiarów

- | | |
|--------------------------|---------------------------------|
| ➤ Rano (na czczo) | ➤ Przed kolacją |
| ➤ 2 godziny po śniadaniu | ➤ 2 godziny po kolacji |
| ➤ Przed obiadem | ➤ Przed snem |
| ➤ 2 godziny po obiedzie | ➤ W nocy (pomiędzy 2:00 a 4:00) |

Częstotliwość i pory dodatkowych oznaczeń ustal z lekarzem prowadzącym.

OKREŚLENIE CELÓW LECZNIA CUKRZYCY

NAJWAŻNIEJSZE REKOMENDACJE:

- U osób z cukrzycą ogólny cel wyrównania glikemii wyrażony wartością HbA_{1c} wynosi nie więcej niż 7,0% (53 mmol/mol).
- Stężenie LDL-C < 40 mg/dl (< 1,0 mmol/l) u osób z cukrzycą o ekstremalnym ryzyku sercowo-naczyniowym.
- Stężenie cholesterolu frakcji LDL < 55 mg/dl (< 1,4 mmol/l) i redukcji o co najmniej 50% w stosunku do wartości wyjściowej u osób z cukrzycą bardzo wysokiego ryzyka sercowo-naczyniowego.
- Stężenie LDL-C < 70 mg/dl (1,8 mmol/l) i redukcja o co najmniej 50% w stosunku do wartości wyjściowej u osób z cukrzycą wysokiego ryzyka sercowo-naczyniowego.
- Stężenie LDL-C < 100 mg/dl (2,6 mmol/l) u osób umiarkowanego ryzyka sercowo-naczyniowego (młode osoby < 35. roku życia z cukrzycą typu 1 bez przewlekłych powikłań i innych czynników ryzyka sercowo-naczyniowego lub osoby z cukrzycą typu 2 < 50. roku życia, z czasem trwania cukrzycy < 10 lat, bez innych czynników ryzyka).
- Zalecana wartość ciśnienia tętniczego krwi: < 130/80 mm Hg.

I. UWAGI OGÓLNE

1. Pod pojęciem celów leczenia cukrzycy należy rozumieć **uzyskanie wartości docelowych w zakresie: glikemii, ciśnienia tętniczego, lipidogramu, masy ciała**.
2. U osób **w starszym wieku** i w sytuacji **współistnienia schorzeń** towarzyszących, jeśli prognoza przeżycia nie osiąga 10 lat, **należy złagodzić kryteria** wyrównania do stopnia, który nie pogorszy jakości życia pacjenta.
3. We współczesnej diabetologii obowiązuje zasada daleko posuniętej indywidualizacji celów i intensyfikacji terapii. U każdej osoby z cukrzycą, zwłaszcza cukrzycą typu 2, określając cele i dokonując wyboru strategii terapeutycznej, należy uwzględnić postawę pacjenta i spodziewane zaangażowanie w leczenie (także osób z jego otoczenia), stopień ryzyka wystąpienia hipoglikemii i jej ewentualne konsekwencje (poważniejsze u osób w starszym wieku, z uszkodzonym układem krążenia i/ lub nerwowym), czas trwania cukrzycy, oczekiwaną długość życia, występowanie powikłań powikłań naczyniowych cukrzycy i istotnych chorób towarzyszących, stopień edukacji osoby z cukrzycą oraz relacje korzyści i ryzyka uzyskania określonych wartości docelowych terapii. W niektórych sytuacjach (np. przy obecności zaawansowanych powikłań, w starszym wieku) wyznaczone cele leczenia należy osiągać stopniowo – od 2 do 6 miesięcy.

II. CELE DOTYCZĄCE KONTROLI GLIKEMII - HEMOGLOBINA GLIKOWANA – HbA_{1c}

Cele ogólne: HbA_{1c} ≤ 7% (≤ 53 mmol/mol).

Cele indywidualne:

1. Wartość HbA_{1c} ≤ 6,5% (≤ 48 mmol/mol):
 - w odniesieniu do cukrzycy typu 1, gdy dążenie do celu nie jest związane ze zwiększonym ryzykiem hipoglikemii i pogorszeniem jakości życia – glikemia na czczo i przed posiłkami, także w samokontroli: 70–110 mg/dl (3,9–6,1 mmol/l), a 2 godziny po rozpoczęciu posiłku w samokontroli 140 mg/dl (7,8 mmol/l);
 - w przypadku krótkotrwałej cukrzycy typu 2 (czas trwania < 5 lat);
 - u dzieci i młodzieży – niezależnie od typu choroby.

2. wartość $\text{HbA1c} \leq 8,0\%$ ($\leq 64 \text{ mmol/mol}$) – w przypadku osób w zaawansowanym wieku z wieloletnią cukrzycą i istotnymi powikłaniami o charakterze makroangiopatii (przebyty zawał serca i/lub udar mózgu) i/lub licznymi chorobami towarzyszącymi;
3. wartość $\text{HbA1c} < 6,5\%$ (48 mmol/mol) u kobiet z cukrzycą przedciążową planujących ciążę, $< 6,0\%$ (42 mmol/mol) w II i III trymestrze ciąży, jeżeli nie wiąże się z większą częstością hipoglikemii;

Jeżeli u osoby z cukrzycą w wieku > 65 . roku życia przewiduje się przeżycie dłuższe niż 10 lat, realizując ogólne cele leczenia, należy dążyć do stopniowego wyrównania cukrzycy, przyjmując jako docelową wartość $\text{HbA1c} \leq 7\%$.

III. CELE WYRÓWNANIA PARAMETRÓW LIPIDOWYCH

- stężenie cholesterolu frakcji LDL-C $< 40 \text{ mg/dl}$ ($< 1,0 \text{ mmol/l}$) u osób z cukrzycą o ekstremalnym ryzyku sercowo-naczyniowym;
- stężenie cholesterolu frakcji LDL $< 55 \text{ mg/dl}$ ($< 1,4 \text{ mmol/l}$) i redukcja o co najmniej 50% w stosunku do wartości wyjściowej u osób z cukrzycą bardzo wysokiego ryzyka sercowo-naczyniowego;
- stężenie LDL-C $< 70 \text{ mg/dl}$ ($1,8 \text{ mmol/l}$) i redukcja o co najmniej 50% w stosunku do wartości wyjściowej u osób z cukrzycą wysokiego ryzyka sercowo-naczyniowego;
- stężenie LDL-C $< 100 \text{ mg/dl}$ ($2,6 \text{ mmol/l}$) u osób umiarkowanego ryzyka sercowo-naczyniowego (młode osoby < 35 . roku życia z cukrzycą typu 1 bez przewlekłych powikłań i innych czynników).

IV. CELE WYRÓWNANIA CIŚNIENIA TĘTNICZEGO

- **ciśnienie skurczowe $< 130 \text{ mm Hg}$;**
- **ciśnienie rozkurczowe $< 80 \text{ mm Hg}$.**

U osób < 65 . roku życia rekomendowane jest utrzymywanie ciśnienia skurczowego w zakresie 120–129 mm Hg.

U osób ≥ 65 . roku życia rekomendowane jest utrzymywanie ciśnienia skurczowego w zakresie 130–140 mm Hg.

W kontroli parametrów ciśnienia tętniczego może pomóc Ci jeden z precyzyjnych ciśnieniomierzy automatycznych marki iXellence®.

Szczegóły znajdziesz na www.ixellence.pl



iXellence® BPM Easy

- Walidacja kliniczna ESH (Europejskiego Towarzystwa Nadciśnienia Tętniczego) – gwarantująca dokładność wyników
- Mały i lekki – idealny do pomiarów w domu i w podróży
- Pamięć 100 pomiarów

iXellence® BPM HOME

- Rozbudowana pamięć (4 x 100 pomiarów z datą i godziną) – jeden ciśnieniomierz dla całej rodziny
- Funkcja IHB – pozwala na wykrycie nieregularnego bicia serca
- Duży ekran – łatwy odczyt wyników pomiarów dla seniorów i osób słabowidzących



iXellence® BPM HOME IT

- Wbudowany moduł Bluetooth umożliwia transmisję danych do bezpłatnej aplikacji **Zdrowiej** oraz ich analizę i przechowywanie
- Funkcja AVERAGE (uśrednianie wyników) – 3 pomiary w odstępie 20 sekund – sposób pomiaru zalecany przez Polskie Towarzystwo Nadciśnienia Tętniczego
- Rozbudowana pamięć (4 x 100 pomiarów z datą i godziną) – jeden ciśnieniomierz dla całej rodziny

Pomiar ciśnienia krwi na ramieniu

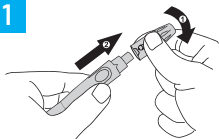
JAK PRAWIDŁOWO WYKONAĆ NAKŁUCIE I POBRAĆ PRÓBKĘ KRWI DO BADANIA?

Regularna kontrola poziomu glukozy przez osobę dotkniętą cukrzycą jest kluczowa w jej skutecznej terapii. W badaniu poziomu glukozy we krwi ważne jest nie tylko, aby badać się wystarczająco często, lecz także prawidłowo wykonywać pomiary.

Bardzo ważna jest higiena pomiaru. Ręce muszą być czyste i suche, gdyż woda na rękach może rozcieńczyć krew i spowodować nieprawidłowy pomiar. Jeśli przed badaniem miejsce nakłucia zostało odfekowane spirytusem ważne jest, aby odczekać chwilę, do momentu aż alkohol wyparuje.

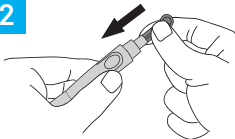
Jak prawidłowo wykonać nakłucie?

1



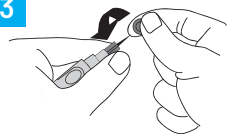
Przekręć i zdejmij nakładkę nakłuwacza.

2



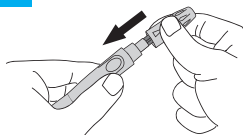
Umieść lancet w prowadnicy i wciśnij tak, aby był on stabilnie przymocowany.

3



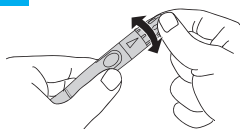
Odkręć dysk zabezpieczający ostrze.

4



Nałóż i przekręć nakładkę tak, jak pokazano na rysunku, do usłyszenia kliknięcia. Przy prawidłowo zamkniętej blokadzie wskaźnik znajduje się w skrajnie prawym położeniu.

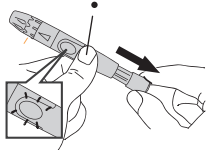
5



Wybierz głębokość nakłucia skóry, kręcąc regulowaną końcówką tak, aby strzałka znajdująca się na niej wskazywała wybraną głębokość nakłucia.

6

Trzymaj palce
na nakłuwaczu,
NIE na nakładce.



Pociągnij ruchomy trzonek do momentu kliknięcia. Kiedy pojawi się kolor pomarańczowy w przycisku zwalniającym, nakłuwacz jest gotowy do użycia.

7



Przyłóż końcówkę nakłuwacza dokładnie do bocznej części opuszki palca. Naciśnij przycisk zwalniający, słyszalne kliknięcie oznacza, że nakłucie zostało wykonane.

8



Delikatnie rozmasuj obszar nakłucia, aby pozyskać wystarczającą ilość krwi. Pamiętaj, że nigdy nie można na siłę wyciskać kropli krwi.

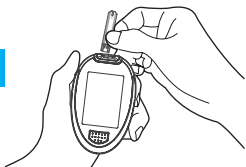
JAK PRAWIDŁOWO WYKONAĆ BADANIE GLUKOMETREM?

1



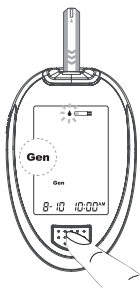
Umyj i osusz ręce przed rozpoczęciem badania. Wyjmij pasek testowy i szczelnie zamknij fiolkę.

2



Włóż pasek testowy do szczeliny pomiarowej na pasek testowy stroną ze stykami. Glukometr włączy się automatycznie i pojawi się symbol paska oraz kropli krwi.

3



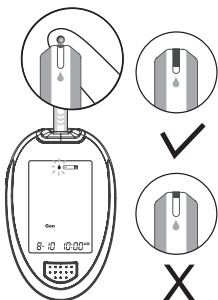
Wybierz odpowiedni tryb pomiaru poprzez naciśnięcie przycisku głównego. Na ekranie pojawi się symbol AC (badanie przed posiłkiem), PC (badanie po posiłku), QC (pomiar kontrolny – na płynie kontrolnym) lub GEN (pomiar o każdej porze dnia bez względu na czas od ostatniego posiłku).

4



Wykonaj prawidłowo nakłucie.

5



Ostrożnie przyłóż otwór chłonny na szczycie paska testowego do kropli krwi. Okienko potwierdzenia powinno być całkowicie wypełnione. Krew zostanie samoczynnie zassana. Nie odsuwaj otworu chłonnego od opuszki palca do momentu usłyszenia sygnału dźwiękowego.

6



Wynik badania stężenia glukozy we krwi pojawi się po odliczeniu przez glukometr do 0. Wynik stężenia glukozy we krwi zostanie automatycznie zapisany w pamięci urządzenia wraz z datą i godziną.

7



Korzystając z automatycznego wyrzutu paska, usuń zużyty pasek testowy. Glukometr wyłączy się automatycznie. Wyrzuć zużyty pasek.

NAJCZĘŚCIEJ POPEŁNIANE BŁĘDY

Najczęściej popełniane błędy pomiarowe powodujące wzrost zużycia pasków testowych

Paski testowe

- › zbyt długa ekspozycja pasków testowych na działanie zewnętrznych czynników atmosferycznych takich, jak np.: duża wilgotność, bezpośrednie działanie promieni słonecznych
- › niewłaściwe umieszczenie paska testowego w szczelinie glukometru
- › przechowywanie pasków testowych poza wskazanym zakresem temperatur (temperatura przechowywania pasków testowych iXell® i Glucosense® wynosi 4-40°C, a pasków Glucomaxx® 2-32°C)

Próbki krwi

- › niewłaściwe przygotowanie miejsca nakłucia (brak rozmasowania miejsca nakłucia)
- › intensywne wyciskanie kropli krwi
- › zbyt mała kropla krwi użyta do badania

Badanie krwi

- › użycie rozmazanej kropli krwi do badania
- › nakładanie kropli krwi na pasek testowy
- › zbyt krótki czas przyłożenia próbki krwi do otworu chłonnego paska testowego, co wpływa na uzyskanie fałszywie niskich wyników (brak całkowitego wypełnienia okienka potwierdzenia)

WAŻNE: Z uwagi na duże różnice w technologii systemów do pomiaru poziomu glukozy nie zaleca się dokonywania badań porównawczych na kilku glukometrach.

Zależność pomiędzy prawidłowo wykonanym pomiarem a liczbą używanych pasków testowych

Paski testowe

- należy szczelnie zamykać fiolkę z paskami testowymi zaraz po wyjęciu paska testowego do badania
- pasek testowy powinien być mocno osadzony w szczelinie pomiarowej na pasku testowym glukometru
- opakowanie pasków testowych powinno być przechowywane w temperaturze podanej w instrukcji obsługi pasków testowych

Próbki krwi

- przed wykonaniem badania trzeba umyć ręce w ciepłej wodzie z mydłem i osuszyć je
- w celu uzyskania kropli krwi o odpowiedniej wielkości należy wcześniej rozmasować miejsce nakłucia
- wielkość otrzymanej kropli krwi powinna być wystarczająca do przeprowadzenia badania, czyli taka aby napełnić całe okienko potwierdzenia na pasku testowym

Badanie krwi

- kropla krwi musi być prawidłowo uformowana
- otwór chłonny paska testowego należy przyłożyć do próbki krwi
- otwór chłonny paska testowego powinien być przyłożony do próbki krwi aż do momentu całkowitego wypełnienia okienka potwierdzenia i usłyszenia sygnału dźwiękowego

Przeprowadzając badanie kontrolne, zaleca się przełączyć glukometr na tryb badania kontrolnego (symbol QC) zgodnie z instrukcją obsługi dołączonej do zestawu.

Data	Na czczo (po wstaniu z łóżka)	2 godziny po śniadaniu*	Przed obiadem	2 godziny po obiedzie*	Przed kolacją	

*Kobiety w ciąży powinny wykonywać pomiar 1 godzinę po posiłku lub 2 godziny po posiłku.

[illegible]

Data	Na czczo (po wstaniu z łóżka)	2 godziny po śniadaniu*	Przed obiadem	2 godziny po obiedzie*	Przed kolacją	

*Kobiety w ciąży powinny wykonywać pomiar 1 godzinę po posiłku lub 2 godziny po posiłku.

[illegible]

Data	Na czczo (po wstaniu z łóżka)	2 godziny po śniadaniu*	Przed obiadem	2 godziny po obiedzie*	Przed kolacją	

*Kobiety w ciąży powinny wykonywać pomiar 1 godzinę po posiłku lub 2 godziny po posiłku.

[illegible]

Data	Na czczo (po wstaniu z łóżka)	2 godziny po śniadaniu*	Przed obiadem	2 godziny po obiedzie*	Przed kolacją	

*Kobiety w ciąży powinny wykonywać pomiar 1 godzinę po posiłku lub 2 godziny po posiłku.

[illegible]

Data	Na czczo (po wstaniu z łóżka)	2 godziny po śniadaniu*	Przed obiadem	2 godziny po obiedzie*	Przed kolacją	

*Kobiety w ciąży powinny wykonywać pomiar 1 godzinę po posiłku lub 2 godziny po posiłku.

[illegible]

Data	Na czczo (po wstaniu z łóżka)	2 godziny po śniadaniu*	Przed obiadem	2 godziny po obiedzie*	Przed kolacją	

*Kobiety w ciąży powinny wykonywać pomiar 1 godzinę po posiłku lub 2 godziny po posiłku.

[illegible]

Data	Na czczo (po wstaniu z łóżka)	2 godziny po śniadaniu*	Przed obiadem	2 godziny po obiedzie*	Przed kolacją	

*Kobiety w ciąży powinny wykonywać pomiar 1 godzinę po posiłku lub 2 godziny po posiłku.

[illegible]

Data	Na czczo (po wstaniu z łóżka)	2 godziny po śniadaniu*	Przed obiadem	2 godziny po obiedzie*	Przed kolacją	

*Kobiety w ciąży powinny wykonywać pomiar 1 godzinę po posiłku lub 2 godziny po posiłku.

[illegible]

Data	Na czczo (po wstaniu z łóżka)	2 godziny po śniadaniu*	Przed obiadem	2 godziny po obiedzie*	Przed kolacją	

*Kobiety w ciąży powinny wykonywać pomiar 1 godzinę po posiłku lub 2 godziny po posiłku.

[illegible]

Data	Na czczo (po wstaniu z łóżka)	2 godziny po śniadaniu*	Przed obiadem	2 godziny po obiedzie*	Przed kolacją	

*Kobiety w ciąży powinny wykonywać pomiar 1 godzinę po posiłku lub 2 godziny po posiłku.

[illegible]

Data	Na czczo (po wstaniu z łóżka)	2 godziny po śniadaniu*	Przed obiadem	2 godziny po obiedzie*	Przed kolacją	

*Kobiety w ciąży powinny wykonywać pomiar 1 godzinę po posiłku lub 2 godziny po posiłku.

[illegible]

Data	Na czczo (po wstaniu z łóżka)	2 godziny po śniadaniu*	Przed obiadem	2 godziny po obiedzie*	Przed kolacją	

*Kobiety w ciąży powinny wykonywać pomiar 1 godzinę po posiłku lub 2 godziny po posiłku.

[illegible]

Data	Na czczo (po wstaniu z łóżka)	2 godziny po śniadaniu*	Przed obiadem	2 godziny po obiedzie*	Przed kolacją	

*Kobiety w ciąży powinny wykonywać pomiar 1 godzinę po posiłku lub 2 godziny po posiłku.

[illegible]

Data	Na czczo (po wstaniu z łóżka)	2 godziny po śniadaniu*	Przed obiadem	2 godziny po obiedzie*	Przed kolacją	

*Kobiety w ciąży powinny wykonywać pomiar 1 godzinę po posiłku lub 2 godziny po posiłku.

[illegible]

Tę część warto wypełniać dla lepszego zrozumienia powiązania posiłków z poziomem glukozy.

[illegible]

[illegible]

**NOWOŚĆ****Glucosense[®] BT****Glucosense[®]****Glucosense[®] CONNECT**

— Glukometry współpracują z bezpłatną aplikacją  Zdrowiej —

**iXell[®]****iXell[®] pro****GLUCOSENSE[®] pro**

* Glukometr Glucosense[®] BT – Importer oraz podmiot prowadzący reklamę: Genexo Sp. z o.o., Producent: TaiDoc Technology Corporation, Autoryzowany Przedstawiciel w UE: MedNet EC-REP GmbH • Pozostałe glukometry oraz ciśnieniomierze iXellence[®] – Producent oraz podmiot prowadzący reklamę: Genexo Sp. z o.o.

NASZE WSPARCIE DLA PACJENTÓW

poniedziałek – piątek w godz. 9.00 – 15.00



Dla telefonów stacjonarnych:

801 808 818

(całkowity koszt połączenia w cenie 1 impulsu wg taryfy operatora)



Dla telefonów komórkowych:

516 203 516

(koszt połączenia ponosi dzwoniący zgodnie z taryfą operatora)

Odwiedź nas na stronach:

www.genexodladiabetyka.pl

tu dowiesz się więcej
o naszych glukometrach

www.genexo24.pl

tu możesz kupić glukometr oraz akcesoria
dla diabetyków (np. lancety, płyny kontrolne,
nakłuwacze)

www.szokoladiabetyka.pl

to rzetelne źródło wiedzy i ciekawostek
na temat cukrzycy tworzone
przy współpracy z profesjonalistami



Genexo Sp. z o.o.
ul. Gen. Zajączka 26
01-510 Warszawa
www.genexo.pl

DIA/06.2023/08