

LIVRET DE SUIVI DE MON DIABÈTE

UN JOURNAL QUOTIDIEN POUR VOUS AIDER À CONTRÔLER VOTRE DIABÈTE



Nom : _____



Appelez le 311 pour commander des exemplaires supplémentaires de ce document.

Le diabète est une maladie grave, mais il est possible de le contrôler.
Ce **livret de suivi du diabète** vous aidera à gérer votre diabète par
le suivi des données importantes relatives à votre santé.

Coordonnées importantes :

Numéro de téléphone de mon domicile : _____

Nom de mon médecin : _____

Numéro de téléphone de mon médecin : _____

Coordonnées des personnes à contacter en cas d'urgence :

Nom : _____

Téléphone : _____

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Connaissez et contrôlez vos taux

Consultez votre médecin pour fixer des objectifs adaptés à votre situation.

	Objectif	Date / Résultat	Date / Résultat	Date / Résultat	Date / Résultat
A1C (taux de glycémie trimestriel)					
Tension artérielle					
Cholestérol					
Cholestérol total					
LDL (« mauvais »)					
HDL (« bon »)					
Triglycérides					
Poids (livres)					

Liste de médicaments

Notez tous les médicaments que vous prenez. Mettez cette liste à jour chaque fois qu'il y a une modification quelconque concernant vos médicaments. Adressez-vous à votre médecin ou à votre pharmacien si vous avez des questions à propos de vos médicaments ou bien des problèmes lors de leur prise.

Nom du médicament	Dose	Combien de fois par jour ?	Consignes spéciales
1. Metformine	500 mg	Un comprimé deux fois par jour	Prendre avec les repas
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			

Liste de médicaments (suite)

Nom du médicament	Dose	Combien de fois par jour ?	Consignes spéciales
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			
16.			
17.			
18.			
19.			
20.			

Type de glucomètre que vous utilisez : _____

Type de bandelette d'analyse que vous utilisez : _____

Journal de mon taux de glycémie

Demandez à votre médecin quand et à quelle fréquence vous devez contrôler votre taux de glycémie. Ce journal vous permettra de réaliser un suivi.

SPÉCIMEN

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	
20/06/16	90	168	112	157	130	150	139

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	

Journal de mon taux de glycémie

	Petit déjeuner		Déjeuner		Dîner		Avant le coucher
Date	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	Avant	Deux heures après	