MI REGISTRO DE CONTROL DE LA DIABETES

UN REGISTRO DIARIO PARA AYUDARLE A CONTROLAR LA DIABETES

NYC Health

Nombre: _____

La diabetes es una enfermedad grave, pero se puede controlar.
Este **Registro de control de la diabetes** le ayudará a controlar su diabetes al llevar un seguimiento de información de salud importante.

Información de contacto importante

Número de teléfono de su residencia: _____

Nombre del médico: _____

Teléfono del médico: _____

Información de contacto en caso de emergencia:

Nombre: _____

Teléfono: _____

Conozca y controle sus números

Hable con su médico para establecer las metas de salud adecuadas para usted.

	Meta	Fecha / Resultado	Fecha / Resultado	Fecha / Resultado	Fecha / Resultado
A1C (nivel de azúcar en la sangre cada tres meses)					
Presión arterial					
Colesterol					
Colesterol total					
LDL (“malo”)					
HDL (“bueno”)					
Triglicéridos					
Peso (libras)					

Lista de medicamentos

Anote todos los medicamentos que toma. Actualice esta lista cuando haya algún cambio en sus medicamentos. Hable con su médico o farmacéutico si tiene cualquier pregunta acerca de sus medicamentos o si tiene algún problema al tomarlos.

Nombre del medicamento	Dosis	Frecuencia por día	Instrucciones especiales
1. Metformina	500 mg	1 tableta dos veces al día	Tomar con comidas
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			

Lista de medicamentos continuada

Nombre del medicamento	Dosis	Frecuencia por día	Instrucciones especiales
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			
16.			
17.			
18.			
19.			
20.			

Tipo de glucómetro que utiliza: _____

Tipo de tira reactiva que utiliza: _____

Notas

Registro de azúcar en la sangre

Pregúntele a su médico cuándo y con qué frecuencia debe medir los niveles de azúcar en su sangre. Este registro le ayudará a llevar un control.

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	
MUESTRA **20/6/2016**	**90**	**168**	**112**	**157**	**130**	**150**	**139**

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Registro de azúcar en la sangre

	Desayuno		Almuerzo		Cena		Antes de ir a dormir
Fecha	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	Antes	2 horas después	

Llame al 311 para pedir más copias de este artículo.

NYC Health

HPD1X2519 – 04.16 (Spanish)