

Ascensia Diabetes Care

DIABETESDAGBOK

Contour
Evolving with you

Utrolig enkelt.



BLDSUKKERRESULTATER

Dato	FROKOST				LUNSJ				MIDDAG				ØVRIGE MÅLTIDER				SENETID		KOMMETARER F.eks: medisin, syk, aktiv, stresset
	Kl.	Før måltid	Kl.	Etter måltid	Kl.	Før måltid	Kl.	Etter måltid	Kl.	Før måltid	Kl.	Etter måltid	Kl.	Før måltid	Kl.	Etter måltid	Kl.	Ved sengetid	

LAVT BLODSUKKER

HYPOGLYKEMI

KJENNETEGN¹ (utvikles raskt)

- skjelving
- forvirring
- anfall
- svette
- besvimelse
- ekstrem sultfølelse
- rask puls
- irritabilitet
- svimmelhet
- uklart syn

TILTAK²:

- Gi noe søtt å drikke - brus, juice, melk
- Hvis personen er bevisstløs, må det ikke gis mat eller drikke
- Tilkalle lege for måling av blodsukker, eventuelt ringe 113, for å gi tilførsel av sukker direkte i blodårene

ÅRSAKER²:

- Tatt for mye insulin
- Drukket alkohol
- Spist for lite
- Vært utsatt for kraftig stress
- Gjort store fysiske anstrengelser

HØYT BLODSUKKER

HYPERGLYKEMI

KJENNETEGN¹ (utvikles langsomt)

- hyppig vannlating
- svært sterk tørste
- uklart syn
- økt tretthet
- sultfølelse

KETONER¹ (Ketoacidose):

- kortpustethet
- kvalme eller oppkast
- svært tørr munn

TILTAK²:

- ved kombinasjon av høyt blodsukker, sukker og ketoner i urinen, kontakt lege.

ÅRSAKER²:

- insulinmangel
- infeksjoner, feber

¹American Diabetes Association, www.diabetes.org

²Diabetesforbundet, www.diabetes.no 14. mai 2012

RIKTIG BLODSUKKERMÅLING

- Vask og tørk hendene dine før målingen.
- Sett inn en strimmel i apparatet ditt.
- Pass på at du bytter stikkested når du tar en blodprøve.
- Tørk bort den første bloddråpen og la det dannes en ordentlig dråpe på fingeren før du lar strimmelen sugge opp blodet. Du kan melke forsiktig frem bloddråpen, men ikke press ut blodet fra fingeren. Mål straks etter at du har laget en bloddråpe. Stikk på nytt hvis du ikke får dannet en stor nok dråpe.
- Berør straks bloddråpen med enden av strimmelen. Blodet blir automatisk sugd inn og du vil høre et lydsignal når apparatet har fått nok blod. Du skal ikke trykke enden av strimmelen mot huden eller plassere blodet oppå strimmelen.
- La apparatet og strimlene tilpasse seg omgivelsestemperaturen der du måler.
- Om resultatet ditt ikke er i samsvar med hva du føler, bør du gjennomføre en ny måling for å forsikre deg om at resultatet er riktig.

Hvis du ikke stoler på målingen din, kan du kontrollere at:

- hendene er rene og tørre
- bloddråpen er stor nok
- strimlene er oppbevart riktig og at de ikke har gått ut på dato.

OPPBEVARING OG HÅNDTERING AV BLODSUKKERSTRIMLER

- Oppbevar strimlene i originalboksen i romtemperatur.
- Lukk boksen umiddelbart etter bruk.
- Strimlene skal bare brukes en gang.
- Bland ikke strimler fra flere ulike bokser.
- Ikke utsett strimlene for fukt, kulde, ekstrem varme, damp eller skitt. Strimlene bør f. eks ikke oppbevares på badet.
- Strimlene bør ikke anvendes etter utløpsdatoen som er trykket på boksens underside.

Holdbarhet

- CONTOUR® NEXT blodsukkerstrimler anvendes sammen med CONTOUR® XT, CONTOUR® NEXT USB, CONTOUR® NEXT, CONTOUR® NEXT LINK, CONTOUR® NEXT LINK 2,4 og CONTOUR® NEXT ONE, og er holdbare til utløpsdatoen som finnes både på pakningen og på selve boksen.
- CONTOUR® blodsukkerstrimler anvendes sammen med CONTOUR® LINK, CONTOUR® og CONTOUR® USB, og er holdbare til utløpsdatoen som finnes både på pakningen og på selve boksen.

Noen råd ved diabetes:

- Blodsukkermålinger er grunnlaget for en god diabetesbehandling.
- Notér alle resultat i dagboken og ta den med til behandlende lege eller diabetessykepleier.
- Husk å skifte lansetten i stikkepenen mellom hver måling.

INDIVIDUELL MÅLSETTING:



Ascensia Diabetes Care Norway AS
Postboks 323, 1326 Lysaker
Strandveien 50, 1366 Lysaker
Telefon 67 12 28 00, Telefax 67 12 28 01

www.diabetes.ascensia.no