

MINE TAL:

Langtidsblodsukker (HbA1c)

DATO:

TAL:

Blodtryk

DATO:

TAL:

Kolesterol, LDL

DATO:

TAL:

Vægt

DATO:

TAL:

JEG HAR FÅET TJEKKET:

Tænder/tandkød



Nyrer (urinprøve)



Øjne



Fødder



JEG VIL GERNE TALE OM:

- Hvordan jeg har det
- Hvordan det går:
 - med at tage medicin
 - med mit blodsukker
- Motion
- Mad



MINE MÅL:

Langtidsblodsukker (HbA1c)

TAL:

Blodtryk

TAL:

Kolesterol, LDL

TAL:

Vægt

TAL:

OFFICIELLE ANBEFALINGER:

Langtidsblodsukker (HbA1c)

Under 48 mmol/mol, dog under 58 mmol/mol ved tendens til hypoglykæmi eller kendt hjerte-*kar*-sygdom

Blodtryk

Under 130/80 mmHg

LDL-kolesterol

Under 2,6 mmol/l, dog under 1,8 mmol/l ved forhøjet blodtryk eller hjerte-*kar*-sygdom (evt. under 1,4 mmol/l hos udvalgte patienter med meget høj risiko)

☞ Du kan finde de nyeste anbefalinger her:
diabetes.dk/balancekort

Husk: Alle mål er individuelle!

Diabetesforeningen

Stationsparken 24, st.tv., 2600 Glostrup
Tlf. 66 12 90 06, info@diabetes.dk

www.diabetes.dk

MIT BALANCEKORT

TYPE 2-DIABETES

Kender du dine
diabetestal?

Følg din
diabetes med
balancekortet

DIT NAVN:



diabetes
foreningen



Balancekortet er støttet af Novo Nordisk