Dr. Italo Paolini
Medico chirurgo · Specialista in Anestesia e Rianimazione
Ecografia clinica · Terapia del dolore
Via Salaria 15 · 63096 Arquata del Tronto (AP)
Cell. **335 649 6206** · italopaolini.it

DIABETE · DIARIO

Diario della glicemia

Nome e cognome _____ Terapia in corso _____

Data	Al risveglio	2 ore dopo colazione	Prima di pranzo	2 ore dopo pranzo	Prima di cena	2 ore dopo cena	Prima di dormire	Note

Come compilare

- Misuri la glicemia negli orari indicati dal medico: non serve riempire tutte le caselle ogni giorno.
- "2 ore dopo" si conta dall'**inizio** del pasto.
- Nelle note scriva ipoglicemie, pasti insoliti, attività fisica, malattie o farmaci dimenticati.

Ipoglicemia

Se la glicemia è **sotto 70 mg/dl** o ha sudorazione, tremore, fame improvvisa, confusione: prenda subito 15 g di zucchero (3 bustine o un bicchiere di succo), ricontrolli dopo 15 minuti e lo annoti. Avvisi il medico.