



Mijn logboek

Exclusief voor gebruikers van OneTouch® producten

ONETOUCH®

Hoe kunt u dit logboek gebruiken

Week van _____

8/9

1



Voor de maaltijd



Na de maaltijd



Insuline/medicatie



Bedtijd



Ochtend

	Ontbijt			Lunch			Vieruurtje		Diner			Avond		
Dag														
Maandag	70	2 123	6 3	120	160	8			180	210 4				
Notities:														

Het gebruik van dit logboek kan u te helpen om de effecten van voeding, medicatie en fysieke activiteiten op uw bloedglucose te zien.

U zal leren om gezonde keuzes te maken in uw dagelijks leven om uw diabetes beter te managen.

Zo werkt u met uw logboek:

- 1 Vul de datum in
- 2 Wanneer u uw bloedglucose test voor en na de maaltijd, vul het resultaat voor de maaltijd dan in de kolom in, het resultaat na de maaltijd in de kolom

- 3 Noteer de hoeveelheid genomen medicatie (insuline en/of orale) in de kolom
- 4 Als uw resultaat laag of hoog is, omcirkel het dan, zo kunt u het gemakkelijk terugvinden
- 5 Noteer belangrijke gebeurtenissen, maaltijden, fysieke activiteiten, stress, ziekte enz. bij de Notities

Contacteer ons


























OneTouch® Klantendienst
0800 15325 (gratis)
contact@OneTouch.be

maandag tot vrijdag
8u - 17u



Bezoek www.OneTouch.be

Week van _____

	 Voor het ontbijt 			 Lunch 			 Vieruurtje 		 Diner 			 Avond 		
Dag														
Maandag														
Notities:														
Dinsdag														
Notities:														
Woensdag														
Notities:														
Donderdag														
Notities:														
Vrijdag														
Notities:														
Zaterdag														
Notities:														
Zondag														
Notities:														



OneTouch® Klantendienst

0800 15325 (gratis)

contact@OneTouch.be

maandag tot vrijdag

8u - 17u



Bezoek www.OneTouch.be