

Log ng Asukal sa Dugo



Gusto naming suportahan ang iyong mga layunin sa asukal sa dugo. Pagpapasyahan mo at ng iyong doktor kung **ano** ang iyong mga layunin at kung **gaano kadalas** mo susuriin ang iyong asukal sa dugo. Dalhin ang log na ito sa **susunod mong pagpapatingin sa doktor.**

LOG NG ASUKAL SA DUGO

Isulat ang iyong **mga resulta ng asukal sa dugo** sa column na **"Asukal sa Dugo."** Kung gumagamit ka ng insulin, isulat ang **mga unit** sa column na **"Mga Unit."**

PANGALAN: _____

LINGGO NG: _____

AKING MGA LAYUNIN SA ASUKAL SA DUGO

Fasting o bago kumain: _____

1-2 oras pagkatapos kumain: _____

Itanong sa iyong doktor kung sa anong mga oras mo dapat suriin ang iyong asukal sa dugo	LINGGO		LUNES		MARTES		MIYERKULES		HUWEBES		BIYERNES		SABADO	
	Asukal sa Dugo	Mga Unit	Asukal sa Dugo	Mga Unit	Asukal sa Dugo	Mga Unit	Asukal sa Dugo	Mga Unit	Asukal sa Dugo	Mga Unit	Asukal sa Dugo	Mga Unit	Asukal sa Dugo	Mga Unit
BAGO MAG-ALMUSAL														
PAGKATAPOS MAG-ALMUSAL														
BAGO MAG-TANGHALIAN														
PAGKATAPOS MAG-TANGHALIAN														
BAGO MAGHAPUNAN														
PAGKATAPOS MAGHAPUNAN														
BAGO MATULOG														
MAGDAMAG														

May mga tanong? Tumawag sa Mga Programang Pangkalusugan ng Alliance • Lunes – Biyernes, 8 am – 5 pm
 Numero ng Telepono: **1.510.747.4577** • Toll-Free: **1.855.891.9169**
 Mga taong may mga problema sa pandinig at pagsasalita (CRS/TTY): **711/1.800.735.2929**
www.alamedaalliance.org



HE_MBRS_BLOOD SUGAR LOG 04/2023
 HED D-18 03/2023