



CHĂM SÓC BỆNH TIỂU ĐƯỜNG

Cách Sử Dụng Máy Đo Đường Huyết

Một máy đo đường huyết được sử dụng để kiểm tra mức glucose hay đường huyết của quý vị. Điều này là cần thiết để giúp quý vị kiểm soát bệnh tiểu đường của mình. Có nhiều thương hiệu máy đo. Y tá hoặc dược sĩ có thể giúp quý vị tìm hiểu về máy đo của mình.



Thực hiện các bước sau đây để kiểm tra đường huyết của quý vị với một máy đo.

Chuẩn bị Sẵn sàng

- 1** Rửa tay quý vị bằng nước ấm và xà phòng trong ít nhất 15 giây sau đó xả nước sạch và dùng khăn lau khô.
- 2** Lấy tiếp liệu của quý vị:
 - Máy đo của quý vị
 - Que thử
 - Bút lấy máu
 - Kim, thường được gọi là mũi kim
 - Hộp thái kim hoặc hộp đựng vật nhọn
- 3** Mở bút lấy máu và lắp vào đó một mũi kim. Lấy nắp đậy ra khỏi kim. Đừng chạm vào kim.
- 4** Đậy nắp bút lấy máu lại. Cài lò xo trên bút lấy máu để sẵn sàng trích máu của quý vị.
- 5** Lấy một que thử ra khỏi lọ hoặc gói đựng. Đậy nắp lọ lại.
- 6** Đặt que thử vào máy đo. Hành động đó sẽ kích hoạt máy đo.
- 7** Điều chỉnh mã số trên màn hình máy đo cho đúng với mã số của que thử.
 - Mã số này được in trên lọ hoặc gói đựng que thử.
 - Nếu máy đo của quý vị có sẵn mã số cài trong que thử, tiếp tục bước kế tiếp.
- 8** Khi biểu tượng que thử nhấp nháy trên màn hình, máy đo sẵn sàng nhận một giọt máu.

ALAMEDA
Alliance
FOR HEALTH

Health care you can count on.
Service you can trust.

Kiểm tra Đường Huyết của Quý vị

- 1 Cầm bút lấy máu và đặt đầu bút vào cạnh một ngón tay của quý vị.
- 2 Bấm nút trên bút để châm kim ra. Quý vị sẽ cảm thấy bị kim đâm. Đặt bút lấy máu xuống.
- 3 Bóp ngón tay của quý vị ở đốt để lấy một giọt máu lớn.
- 4 Nơi quý vị đặt máu trên que thử tùy thuộc vào loại que thử quý vị có:
 - Chạm đầu que thử vào giọt máu, hoặc
 - Đặt giọt máu lên nơi xét nghiệm của que thử.
- 5 Hãy chắc chắn rằng nơi xét nghiệm của que thử được máu che phủ hoàn toàn.
- 6 Máy đo sẽ cần thời gian xét nghiệm và sau đó chỉ số đường huyết của quý vị sẽ hiện trên màn hình.
- 7 Viết chỉ số đường huyết của quý vị trong sổ ghi chép hoặc nhật ký đường huyết của quý vị.

Dọn dẹp Tiếp liệu

- 1 Lấy que thử ra và vất bỏ vào hộp thải kim của quý vị.
- 2 Lấy kim ra khỏi bút lấy máu. Vứt bỏ kim vào hộp thải kim hoặc hộp đựng không thùng khác.
- 3 Cất tiếp liệu của quý vị. Cất giữ hộp thải kim tránh ra trẻ em và thú nuôi.
- 4 Rửa tay lần nữa bằng nước và xà phòng.



Nói chuyện với bác sĩ, y tá, nhà giáo dục bệnh tiểu đường hoặc dược sĩ của mình nếu quý vị có thắc mắc về máy đo và cách xét nghiệm glucose của quý vị.

Quý vị không phải làm điều này một mình!

Để tìm các lớp học và hỗ trợ cá nhân trực tiếp về việc chăm sóc bệnh tiểu đường, xin gọi cho Chương Trình Sức Khỏe Liên Minh (Alliance Health Programs) tại số điện thoại **510-747-4577**.

Miễn Phí: 1-877-932-2738;
CRS/TTY: 711 hoặc 1-800-735-2929;
8 giờ sáng đến 5 giờ chiều, Thứ Hai-Thứ Sáu.

www.alamedaalliance.org

Bản phát tán này được chuyển thể từ tài liệu *How to Use a Glucose Meter*, 10/2005, Health Information Translations (Dịch thuật Thông tin Y tế). Cho phép sử dụng và sao chép các tài liệu này để dùng vào việc giáo dục phi lợi nhuận miễn là không đưa ra thay đổi nào nếu không được Alameda Alliance for Health cho phép.

ALAMEDA
Alliance
FOR HEALTH

Health care you can count on.
Service you can trust.