



Namn: _____

Födelseid: _____

Måltidsparmätningar

Med hjälp av måltidsparmätningar utreds efter vilken måltid ert blodsocker stiger mest.

Mät alltid så kallade måltidspar, d.v.s. mät blodsockret **före måltiden och 2 timmar efter måltiden**.

Enstaka blodsockermätningar ger inte så mycket information om er blodsockerbalans.

Tre dagars blodsockermätning räcker till.

Datum	Mårgonmål före	2tim efter	Lunch före	2 tim efter	Middag före	2 tim efter	Vid läggdags

Lovisa hälsocentral

Öhmansgatan 4

07900 Lovisa

Tel. 0195051305