



ସୁଗାର ରିପୋର୍ଟକୁ ବୁଝନ୍ତୁ

ନାମ _____ ଆରମ୍ଭ ତାରିଖ _____

ଏହି ଅଭ୍ୟାସର କାମ ପୁରୁଣା ଓ ନୂଆ ରିପୋର୍ଟକୁ ତାରିଖ ଅନୁଯାୟୀ ରଖନ୍ତୁ।

ମୋ ଖାଲିପେଟ ଫଳ ଓ ତାରିଖ

ମୋ HbA1c ଓ ତାରିଖ

ଡାକ୍ତର ଲେଖୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଲକ୍ଷ୍ୟ

ପରବର୍ତ୍ତୀ ପରୀକ୍ଷା ତାରିଖ

ନିଜକୁ ପଚାରନ୍ତୁ

ପ୍ରତ୍ୟେକ ବାକ୍ୟ ପାଖରେ ଠିକ୍ ବା ଭୁଲ୍ ଲେଖନ୍ତୁ। ଏହା ରୋଗ ନିର୍ଣ୍ଣୟର ପରୀକ୍ଷା ନୁହେଁ।

1. ଘରର ଗୋଟିଏ ମାପରେ ନୂଆ ରୋଗ ନିଶ୍ଚିତ ହୁଏ। _____
2. HbA1c ପାଇଁ ସବୁବେଳେ ଖାଲିପେଟ ଦରକାର। _____
3. ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ସହ ଠିକ୍ କରିବି। _____

ଏହା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟଶିକ୍ଷା ପାଇଁ ମୁଖ୍ୟତଃ ଟାଇପ୍ ୨ ଥିବା ବୟସ୍କ ଓ ପରିବାରଙ୍କ ଲାଗି ପ୍ରସ୍ତୁତ। ନିଜେ ଔଷଧ ବଦଳାନ୍ତୁ ନାହିଁ। ଟାଇପ୍ ୧, ଗର୍ଭାବସ୍ଥା, ଶିଶୁ ଓ ଜଟିଳ ରୋଗରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଯତ୍ନ ଦରକାର।



ସାତ ଦିନର ରେକର୍ଡ

ଯାହା କରିପାରିଲେ ତାହା ଲେଖନ୍ତୁ ବାଧା ଆସିଲେ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଛୋଟ ପଦକ୍ଷେପ ବାଛନ୍ତୁ।

ତାରିଖ ଓ ସମୟ	ଖାଦ୍ୟ ପୂର୍ବ ବା ପରେ	ଫଳ mg/dL	ଲକ୍ଷଣ ବା ଚିପ୍ପଣୀ

ମୋର ସମୀକ୍ଷା

କଣ ଶିଖିଲି ଓ କେଉଁ ସାହାଯ୍ୟ ଦରକାର?

ଆଗାମୀ ସପ୍ତାହର ଗୋଟିଏ କାମ

ଉତ୍ତର 1. ଭୁଲ୍; 2. ଭୁଲ୍; 3. ଠିକ୍।

ଏହି ପତ୍ର ଚିକିତ୍ସକଙ୍କୁ ଦେଖାଇପାରିବେ ନିଜ ରିପୋର୍ଟ ଓ ଯୋଗାଯୋଗ ତଥ୍ୟକୁ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ରଖନ୍ତୁ।