



МОЯ ИСТОРИЯ

Дневник самоконтроля

www.novonordisk.ru, раздел «Пациентам»

**Жить,
побеждая
диабет®**

Девиз, которым руководствуется компания во всем мире. Мы не просто лечим диабет. Мы помогаем людям с диабетом изменить свою жизнь к лучшему!





Информация в данной брошюре не заменяет рекомендаций врача. Проконсультируйся со специалистом, если у тебя или у родителей возникли вопросы о сахарном диабете.

Информация представлена фармацевтической компанией **Ново Нордиск**, специализирующейся в области лечения сахарного диабета.

Мой дневник самоконтроля

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Ведение дневника самоконтроля поможет тебе и родителям контролировать сахарный диабет

В этом дневнике ты будешь вести учет:

- уровня глюкозы крови
- доз инсулина
- основных приемов пищи и перекусов
- физической активности

Не забывай брать с собой дневник, когда идешь к врачу. Это поможет ему понять эффективность контроля сахарного диабета и при необходимости внести соответствующие изменения в лечение.

Мои данные

Имя _____

Возраст _____

Инсулины _____



Важные номера телефонов

Имя

номер телефона

Домашний _____

Мама
(мобильный/рабочий) _____

Папа
(мобильный/рабочий) _____

Врач _____



Неделя с: _____

Время		06.00–09.00	09.00–12.00	12.00–15.00	15.00–18.00	18.00–21.00	21.00–00.00	00.00–06.00	Комментарии
Понедельник	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Прием пищи/перекус								
	Физическая активность								
Вторник	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Среда	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Четверг	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Пятница	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Суббота	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Воскресенье	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								

Неделя с: _____

Время		06.00–09.00	09.00–12.00	12.00–15.00	15.00–18.00	18.00–21.00	21.00–00.00	00.00–06.00	Комментарии
Понедельник	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Прием пищи/перекус								
	Физическая активность								
Вторник	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Среда	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Четверг	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Пятница	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Суббота	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Воскресенье	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								



Неделя с: _____

Время		06.00–09.00	09.00–12.00	12.00–15.00	15.00–18.00	18.00–21.00	21.00–00.00	00.00–06.00	Комментарии
Понедельник	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Прием пищи/перекус								
	Физическая активность								
Вторник	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Среда	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Четверг	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Пятница	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Суббота	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Воскресенье	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								

Неделя с: _____

Время		06.00–09.00	09.00–12.00	12.00–15.00	15.00–18.00	18.00–21.00	21.00–00.00	00.00–06.00	Комментарии
Понедельник	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Прием пищи/перекус								
	Физическая активность								
Вторник	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Среда	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Четверг	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Пятница	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Суббота	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Воскресенье	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								



Неделя с: _____

Время		06.00–09.00	09.00–12.00	12.00–15.00	15.00–18.00	18.00–21.00	21.00–00.00	00.00–06.00	Комментарии
Понедельник	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Прием пищи/перекус								
	Физическая активность								
Вторник	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Среда	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Четверг	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Пятница	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Суббота	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Воскресенье	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								

Неделя с: _____

Время		06.00–09.00	09.00–12.00	12.00–15.00	15.00–18.00	18.00–21.00	21.00–00.00	00.00–06.00	Комментарии
Понедельник	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Прием пищи/перекус								
	Физическая активность								
Вторник	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Среда	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Четверг	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Пятница	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Суббота	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								
Воскресенье	Глюкоза крови								
	Доза инсулина								
	Пища/перекус								
	Физ. активность								



Обучающая онлайн программа для родителей, детей и подростков на сайте www.novonordisk.ru (раздел «Пациентам»)

- Состоит из трех модулей: для родителей, детей и подростков
- Содержит общую информацию и практические советы
- Отвечает меняющимся потребностям детей и подростков

Модуль для родителей и окружающих

Общая информация о сахарном диабете в помощь родителям.



Модуль для детей

Психологическая и практическая поддержка детей на каждом этапе жизни.



Модуль для подростков

Информация для подростков об образе жизни с сахарным диабетом.



Информация предоставлена фармацевтической компанией Ново Нордиск, специализирующейся в области лечения сахарного диабета. Компания Ново Нордиск была основана в Дании более 95 лет назад Нобелевским лауреатом в области физиологии, профессором Университета в Копенгагене Августом Крогом и его женой Марией, доктором медицинских наук, занимавшейся исследованиями метаболических заболеваний. Более того, она сама болела сахарным диабетом 2 типа. Супруги, узнав про открытие инсулина в Канаде, решили сделать инсулин доступным для всех людей с диабетом, и в 1923 году была основана компания Ново Нордиск.

Сегодня компания Ново Нордиск является мировым лидером в области производства и разработки лекарственных средств для лечения сахарного диабета, предлагая не только широкий портфель продуктов, но также и информационную поддержку пациентам всех возрастов.

Мы хорошо понимаем все те сложности, с которыми сталкиваются дети и подростки с сахарным диабетом в своей жизни. Поэтому наша совместная работа с родителями и врачами направлена на то, чтобы максимально улучшить качество помощи маленьким пациентам с диабетом на протяжении их взросления и развития.

Более полную информацию о компании Ново Нордиск вы найдете на сайте компании:
www.novonordisk.ru



Информация в данной брошюре не заменяет рекомендаций вашего врача. Проконсультируйтесь со специалистом при возникновении вопросов.

RU19DI00019

ООО «Ново Нордиск»

Россия, 121614, Москва, ул. Крылатская, д. 15, офис 41
Тел.: +7 (495) 956-11-32, факс: +7 (495) 956-50-13
www.novonordisk.ru • www.novonordisk.com

