Дневник самоконтроля

Дата	Принимаемые препараты			Время	Уровень глюкозы в крови	Питание (продукты и их примерное количество)	Комментарии (пример: натощак, через 2 часа после еды, после физ. нагрузки и т.д.)
	завтрак	обед	ужин				

Это может быть полезно!

Метод диабетической тарелки — это самый простой способ приготовить здоровую пищу, который поможет контролировать уровень сахара в крови. Используя этот метод, вы можете создавать идеальные порционные блюда со здоровым балансом овощей, белков и углеводов — без какого-либо подсчета, расчета, взвешивания или измерения[1]. Чтобы ознакомиться с данным подходом, нужно всего лишь отсканировать QR-код, который находиться ниже.

КАРТА ЖИЗНИ

Отсканируйте или наберите в интернет-браузере

1.Diabetes food hub https://www.diabetesfoodhub.org/articles/what-is-the-diabetes-plate-method.html дата доступа 24.04.2023.

Материал предназначен для широкой аудитории.
Информация, представленная в данном материале, не представляет собой и не заменяет консультацию врача. Необходимо получить консультацию врача.

ООО «АстраЗенека Фармасьютикалз»
Россия 123112 Москва, 1-й Красногвардейский проезд, д. 21, стр. 1.
Тел: +7 (495) 799 56 99, факс: +7 (495) 799 56 98 www.astrazeneca.ru
Номер материала: RU-16643. Дата одобрения 24.04.2023. Дата истечения 23.04.2025.

Дневник самоконтроля

Дата	Принимаемые препараты			Время	Уровень глюкозы в крови	Питание (продукты и их примерное количество)	Комментарии (пример: натощак, через 2 часа после еды, после физ. нагрузки и т.д.)
	завтрак	обед	ужин				

Это может быть полезно!

Метод диабетической тарелки — это самый простой способ приготовить здоровую пищу, который поможет контролировать уровень сахара в крови. Используя этот метод, вы можете создавать идеальные порционные блюда со здоровым балансом овощей, белков и углеводов — без какого-либо подсчета, расчета, взвешивания или измерения[1]. Чтобы ознакомиться с данным подходом, нужно всего лишь отсканировать QR-код, который находиться ниже.

КАРТА ЖИЗНИ

Отсканируйте или наберите в интернет-браузере

1.Diabetes food hub https://www.diabetesfoodhub.org/articles/what-is-the-diabetes-plate-method.html дата доступа 24.04.2023.

Материал предназначен для широкой аудитории.
Информация, представленная в данном материале, не представляет собой и не заменяет консультацию врача. Необходимо получить консультацию врача.

ООО «АстраЗенека Фармасьютикалз»
Россия 123112 Москва, 1-й Красногвардейский проезд, д. 21, стр. 1.
Тел: +7 (495) 799 56 99, факс: +7 (495) 799 56 98 www.astrazeneca.ru
Номер материала: RU-16643. Дата одобрения 24.04.2023. Дата истечения 23.04.2025.