

Gent.mo/a,

Chiediamo la sua collaborazione per verificare l'attendibilità di uno schema correttivo della glicemia prima del pasto che tenga conto della direzione delle frecce di tendenza indicate dal suo sensore .

A questo scopo le chiediamo

Per i prossimi 5 giorni lavorativi (se volete anche nell'we)

- Di riportare nel diario alimentare
 - **Data** : data del giorno a cui si riferisce la registrazione
 - **Alimenti**: descrivere alimenti assunti con peso di quelli contenenti CHO (Es. pane 30 g, pasta 40 g., carne, 100 gr di carote ecc)
 - **Grammi di CHO**: quantità in grammi dei carboidrati contenuti nel pasto
 - **PRIMA DEL PASTO**
 - **Ora del giorno**: ora in cui viene misurata/ visualizzata dal sensore la glicemia prima del pasto
 - **Valore del sensore**: scrivere valore di glucosio letto in quel momento dal sensore
 - **Freccia**: disegnare il tipo ed il numero di frecce che compaiono sul display del monitoraggio in continuo prima del pasto ed eventualmente la dose in più o in meno praticata in base all'andamento della freccia
 - **Glicemia capillare**: valore di glicemia misurata dal dito
 - **Unità di insulina**: riportare la dose di insulina praticata prima del pasto in base alla quantità di carboidrati e la glicemia di partenza \pm unità fatte per la direzione della freccia (es se per CHO e glicemia preprandiale fareste 5 unità, ma ne aggiungete 1 perché la direzione della freccia è verso l'alto, scrivete 5+1)
 - **DUE ORE DOPO IL PASTO.**
 - **Ora del giorno**: ora in cui viene misurata/ visualizzata dal sensore la glicemia 2 ore dopo il pasto
 - **Valore del sensore**: scrivere valore di glucosio letto in quel momento dal sensore
 - **Freccia**: disegnare il tipo ed il numero di frecce che compaiono sul display del monitoraggio in continuo due ore dopo il pasto
 - **Glicemia capillare**: valore di glicemia misurata dal dito
- Introdurre, per quanto possibile, sempre la stessa quantità di carboidrati ai pasti e possibilmente lo stesso tipo di pasto
- Mantenere l'abituale tempo di somministrazione dell'insulina preprandiale
- **Astenersi dal praticare attività fisica intensa. Qualora svolta scrivere nel retro del diario alimentare il tipo e la durata dell'attività, l'ora in cui è stata svolta**

Nei 5 gg lavorativi successivi :

- Adeguare la dose di insulina prima del pasto allo schema per la correzione della glicemia che vi invieremo successivamente