

Fiche de rendez-vous chez le médecin pour le diabète



Cette fiche peut vous aider à orienter votre conversation avec votre médecin. Remplissez-la avec votre prestataire de soins ou apportez-la avec vous pour vous rappeler des questions importantes à poser.

Glycémie

Quels sont mes objectifs de glycémie (avant et après les repas) ?
Pour la plupart des gens, c'est entre 4.0-7.0 mmol/L à jeun et entre 5.0-10.0 mmol/L 2 heures après un repas.

Avant le repas mmol/L

Après le repas mmol/L

Test à compléter

Ai-je besoin d'analyses de sang ou d'urine pour surveiller mon état (comme l'A1c) ?
.....
.....
.....

Plan de traitement

Autres questions à poser à votre médecin sur les médicaments ou votre plan de traitement en général
.....
.....
.....

Objectifs de style de vie

En fonction de mes habitudes alimentaires, de sommeil, d'exercice et de consommation de substances, quels sont les objectifs qui me conviennent ?

Objectif de l'exercice

(Pour la plupart des gens, cela représente 150 minutes par semaine d'exercice modéré)

Objectif nutritionnel

.....

Objectif de durée de sommeil

.....

Autres objectifs

(Changements à faire avec le café, l'alcool, les cigarettes ou autre chose)