

Nafn:

Dags:

Læknir/Hj.fr:

Langverkandi insúlín: _____, gefið x2 á dag, með morgunmat og með kvöldmat

Stuttvirkt Insúlín: _____, gefið með máltíðum og til að lækka blóðsykur milli máltíða, gerist þess þörf

	Langverkandi insúlín:	Stuttvirkt Insúlín:	Stuttvirkt insúlín	Stuttvirkt insúlín	Stuttvirkt insúlín	Stuttvirkt insúlín
		Blóðsykur <4	Blóðsykur 4-8	Blóðsykur 8-13	Blóðsykur 13-16	Blóðsykur >16
Morgunmat						
Nestistími						
Hádegismatur						
Kaffitími						
Kvöldmat						
-íþróttadaga-						
Fyrir svefn						

Kolvetnarík máltíð (t.d. brauð, pasta, hrísgrjón) kallar á **aukið insúlín** (miðið við næsta dálk til hægri) →

Prótein máltíð (t.d. fiskur, kjúklingur) kallar á **minna insúlín** (miðið við næsta dálk til vinstri) ←

Þann dag sem **mikil hreyfing** (s.s leikfimi, sund eða aðrar æfingar) mun eiga sér stað, þarf etv. að draga úr insúlíngjöf að morgni og jafnvel einnig seinni part dags og að kveldi (miðið við dálk til vinstri) ←

Blóðsykur að nóttu til sem er hærri en 15 mmol/L, ber að lækka með insúlíngjöf (stuttvirku insúlíni):

Að nóttu til					Blóðsykur 15-20	Blóðsykur >20