

Следите за своим здоровьем, контролируйте уровень глюкозы крови (*в норме он 4,0 – 6,1 ммоль/л*), регулярно проходите диспансеризацию и профилактический осмотр.



Министерство здравоохранения  
Рязанской области



ГБУ РО «Центр общественного здоровья,  
медицинской профилактики  
и информационных технологий»

## Дневник контроля уровня глюкозы в крови



### Правила измерения глюкозы

- Измерять следует натощак
- Помыть руки перед процедурой в теплой воде
- Провести легкий массаж пальца
- Место прокола обработать спиртовой салфеткой
- Обязательно нанесите достаточно крови, чтобы полностью заполнить тест-полоску



