

我的 糖尿病護照

醫療團隊：

醫師：

請及時了解您的糖尿病，
並向您的醫生諮詢要採取哪些行動。

Stand up to Diabetes

為我護理糖尿病的團隊

家庭醫生：	電話
醫護人員：	電話
專科醫生：	電話
專科醫生：	電話
糖尿病教育計劃：	電話
護士：	電話
營養師：	電話
眼科醫生/驗光師：	電話
藥房：	電話
其它：	電話
其它：	電話

我的糖尿病教育計劃

[illegible]

我的糖尿病測試結果

相距的時間 [†]	每3–6個月一次	一年一次	每1–3年一次	一年一次	一年一次	每次糖尿病應診	有需要時	每1–2年一次	一年一次
日期	A1C (血糖度數)	低密度膽固醇 (「壞」膽固醇)	總膽固醇/高密度 膽固醇的比率 (量度心血管風險)	腎臟功能測試		血壓	體重	視網膜檢驗 (放大瞳孔)	腳部檢查
				ACR	eGFR				
目標水平 [‡]	≤ 7.0%	≤ 2.0 mmol/L	< 4.0	M: < 2.0 mg/mmol F: < 2.0 mg/mmol	> 60 mL/min	< 130/80 mmHg	–	–	–
我的目標									
日期									
我的目標									
日期									
我的目標									
日期									

醫生商議後，如有需要可增加測試的密度

瞭解詳情，請查閱加拿大糖尿病協會2013年臨床護理指引。

≤ : 低於或相等 < : 低於 > : 高於

詳情查詢

請到「勇敢面對糖尿病」(Stand up to Diabetes)網頁 ontario.ca/diabetes 下載有不同語言版本的「**我的糖尿病護照**」。

您還可在此網頁找到「**糖尿病與您**」的套件，內容包括既簡單又清楚的資訊，教您如何護理糖尿病。

以下資訊可助您保持健康的身體及糖尿病的護理：

Stand up to Diabetes
ontario.ca/diabetes

EatRight Ontario
eatrightontario.ca
1-877-510-510-2

Telehealth Ontario
1-866-797-0000

加拿大糖尿病協會
diabetes.ca

加拿大食物指南
hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/index-eng.php

食物標籤的資料
healthyeatingisinstore.ca

我的目標

我的目標：

達成目標的日期：

邁向目標期間遇到的困難：

我將如何消除這些困難（能夠給我支援的資源或人物）：

達成目標的信心程度：



我的目標

我的目標：

達成目標的日期：

邁向目標期間遇到的困難：

我將如何消除這些困難（能夠給我支援的資源或人物）：

達成目標的信心程度：

