

Nimi _____

Syntymäaika _____

Osoite _____

Puh. _____

Sähköposti _____

Raskausdiabetes/ toteamisvuosi: _____

Lääkitys: _____

Hoitopaikka _____

Hoitava lääkäri _____

Puh. _____

Hoitaja _____

Puh. _____

Soittoaika _____

Osoite _____

Postitoimipaikka _____

Hoitotarvikejakelu _____

Verensokeri	
Aamuarvo paastoarvo	alle 5,5 mmol/l
1 tuntia aterian jälkeen	alle 7,8 mmol/l

Huom. Tavoitteena on, että veren glukoosiarvot olisivat aamulla ennen aamiaista alle 5,5 mmol/l ja tunnin kuluttua ateriasta alle 7,8 mmol/l.

Mittaukset tehdään ennen aamiaista tai muuta ateriaa, tunti aterian jälkeen, yhteensä 4-6 mittausta/vrk.

* Varmista diabeteslääkäriltäsi tai -hoitajaltasi

Ohjeet/Muistiinpanot

Ennen näytteenottoa:

- Näytteenottokohdan ihon lämpötilan tulee olla normaali ja mittausta tulisi suorittaa huoneenlämmössä.
- Pese kädet huolellisesti mahdollisista mittausta haittaavista aineista ja ääreisverenkierron vilkastuttamiseksi. Varmista ettei näytteenottokohdassa ole rasvaa tai ihovoidetta tai desinfektioainetta.
- Lämmin vesi parantaa verenkiertoa!
- Jos tarpeellista, hiero kättä ranteesta sormenpäähän useita kertoja edistääksesi verenkiertoa sormessa.
- Kuivaa kädet hyvin
- Ihopistonäytteellä tarkoitetaan kapillaariverinäytteenottoa ensisijaisesti sormenpäätä.
- Ihopistonäyte otetaan mieluiten kahden keskimmäisen sormen sormenpään sivuosasta (ei liian läheltä kynttä), koska sormien sivuilla on runsaasti verisuonia.

Näytteenotto:

- Laita lansettineula pistolaitteeseen (jos neulaa käytetään useamman kerran, se voi vahingoittua, sen kärki voi tylsyä ja taipua, mikä aiheuttaa kudosaaurioita, mustelmia ja arpia) Vaihda lansetti neula riittävän usein!
- Valitse oikea pistosyvyyys ihon paksuuden mukaan!
- Paina pistolaitteenpää tiiviisti näytteenottokohtaan ja ota näyte.
- Odota hetki, jotta veripisara muodostuu näytteenottokohtaan. Veripisaran tulisi muodostua vapaasti virtaamalla, jolloin näyte on edustava.
- Ensimmäinen pisara (sisältää kudospnestettä) pyyhitään pois ja toinen käytetään mittaukseen. Puristelua on vältettävä. Veren ottaminen "lypsämällä" pisara pisaralta ei suositella, koska näytteen laatu kärsii esim. aiheutuvan

kudosnesteen, hemolyyysin, tai hyytymisen käynnistymisen vuoksi ja nämä tekijät vaikuttavat haitallisesti tutkimuksen tuloksiin. Älä lypsä; pistä uudelleen.

Mittaaminen:

1. Laita testiliuska mittariin, jolloin mittari käynnistyy.
2. Kosketa veripisaraa testiliuskan kärjellä. Mittari antaa äänimerkin kun näyte on riittävä. Odota kunnes mittari antaa tuloksen.
3. Merkitse omaseurantavihkoon mittarin tulos muistiin.
4. Poista testiliuska mittarista.

Tulokset epäilyttävät – Mahdolliset virhelähteet: Jos mittarisi antaa toistuvasti epäilyttäviä mittaustuloksia tai näytölle ilmestyy virheilmoituksia, tarkista em. seikkojen lisäksi:

- Tarkistitko testiliuskojen viimeisen käyttöpäivän ja noudatitko säilytysohjeita?
- Suorititko mittauksen lämpötilassa 5- 45 °C?
- Suorititko verensokerimittauksen käyttöohjeissa annettujen ohjeiden mukaisesti?
- Pesitkö kätesi lämpimällä vedellä ja kuivasitko ne huolellisesti? Hieroitko sormea kevyesti sormenpäätä kohti verenkierron edistämiseksi?
- Suorititko mittauksen oikein? Imeytitkö verinäytteen testialueelle vasta kun mittarin näytöllä kehoitettiin laittamaan näyte? Näyte imeytyy automaattisesti veripisarasta testiliuskan päältä; ei liuskan päältä!
- Imeytyikö veripisara testialueelle heti sen muodostuttua?
- Oletko tutustunut käyttöohjeeseen sekä Virhekoodien toimintaohjeisiin?
- Vertaa mittarin tulosta laboratoriomenetelmään, ei toisiin omaseuranta-mittareihin!