



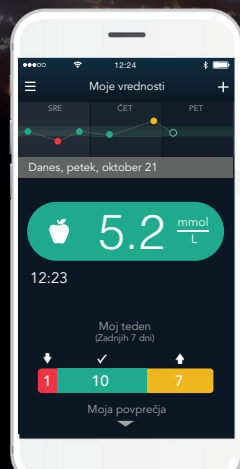
# **Funkcionalna inzulinska terapija**

Dnevnik vodenja FIT 1

Ko potrebujem  
vodnika,  
izberem tistega,  
ki mu zaupam.

Merilnika CONTOUR®NEXT  
in CONTOUR®NEXT ONE  
omogočata izredno točne  
meritve glukoze v krvi.

Edinstvena funkcija pametnih  
lučk smartLIGHT® pa prikaže  
ali je izmerjena vrednost nad,  
pod ali v ciljnem območju.



VISOKA  
VREDNOST



V CILJNEM  
OBMOČJU



NIZKA  
VREDNOST

# OSEBNI PODATKI

## LASTNIK DNEVNIKA:

Ime in priimek:

---

Ulica:

---

Kraj:

---

Telefon:

---

E- mail:

---

## UPORABNE TELEFONSKE ŠTEVILKE:

Ambulanta za sladkorno bolezen:

---

Izbrani diabetolog:

---

Telefon:

---

Ambulanta splošne medicine:

---

Izbrani zdravnik:

---

Sestra:

---

Telefon:

---

## V NUJNEM PRIMERU POKLIČITE:

Ime in priimek:

---

Telefon:

---

Založil: Zaloker & Zaloker d.o.o.

Ljubljana, marec 2006 - 1. natis

Ljubljana, julij 2022 - 12. natis

Avtor: dr. Marjeta Tomažič, dr. med.

Oblikovanje: Špela Drašlar

Ljubljana Tisk: Kara d.o.o., Tržič

Naklada: 1.000 izvodov

# UVOD

## Dnevnik samovodenja funkcionalne inzulinske terapije

Skrbno vodenje dnevnika uravnavanja glukoze v krvi je v procesu učenja funkcionalnega nadomeščanja inzulina nujno. Bolj natančno kot boste beležili vse dejavnike, ki lahko vplivajo na nivo glukoze v krvi, večja je možnost, da boste ob pregledih pri zdravniku ali edukatorju dobili ustrezna navodila in osvojili veščine in izkušnje, da boste nadomeščali inzulin usklajeno z vašimi potrebami. Le takšno nadomeščanje inzulina vam zagotavlja doseganje primernih vrednosti glukoze v krvi, omogoča večjo svobodo v izbiri življenjskega sloga in vam zagotavlja boljšo kvaliteto življenja.

Podatke zapisujte v dnevnik sproti, poleg meritev glukoze v krvi, odmerkov inzulina, vnosa ogljikovih hidratov, je dobro zabeležiti tudi vrsto hrane, čas trajanja telesne aktivnosti in njeno intenziteto. Poleg datuma zabeležite še dan v tednu, časovno obdobje, ko ste bili v službi in spremembe počutja (bolezni, psihični stres). Če si nadomeščate inzulin s pomočjo črpalke, zabeležite tudi menjavo infuzijskega seta in morebitne motnje delovanja črpalke.

V začetku se vam bo zdelo, da je vodenje dnevnika obremenjujoče, vendar morate vztrajati in kmalu boste ugotovili, kako zelo vam pomagajo »stari podatki« pri aktualnih odločitvah. Ko pa boste osvojili veščine funkcionalnega nadomeščanja inzulina in bodo nivoji glukoze v krvi večinoma v ciljnim območju, pa boste v dogovoru z vašim zdravnikom lahko vodili manj obsežen dnevnik samokontrole.

DATUM: \_\_\_\_\_

Legenda (\*): \*blaga, \*\*srednje intenzivna, \*\*\* intenzivna

| mmol/L | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
|--------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 20     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 19     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 18     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 17     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 16     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 15     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 14     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 13     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 12     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 11     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 10     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 9      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 8      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 7      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 6      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 5      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 4      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 3      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 2      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 1      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 0      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |

|                              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| ura določitve glukoze v krvi |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| glukoza v krvi               |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| ogljikovi hidrati            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| osnovni bolus                |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| korekcijski bolus            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| ketoni v urinu               |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| telesna aktivnost (*)        |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| bazalni odmerak              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| ura                          | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |

| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |      |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |      |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                |      |
|               |        |               | Seštevek OH |                |      |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |      |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |      |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     |      |
|                    |        |                    | Seštevek OH |                     |      |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_

KF

DOP: \_\_\_\_\_

POP: \_\_\_\_\_

PONOČI: \_\_\_\_\_





| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |      |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |      |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                |      |
|               |        |               | Seštevek OH |                |      |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |      |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |      |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     |      |
|                    |        |                    | Seštevek OH |                     |      |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

K: \_\_\_\_\_

POP:

V: \_\_\_\_\_

PONOČi:



| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |             |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|-------------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |             |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH        |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                | Seštevek OH |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |             |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|-------------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |             |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH        |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     | Seštevek OH |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

POP:

PONOČi:



| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |      |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |      |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                |      |
|               |        |               | Seštevek OH |                |      |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |      |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |      |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     |      |
|                    |        |                    | Seštevek OH |                     |      |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

K: \_\_\_\_\_

POP:

V: \_\_\_\_\_

PONOČi:

DATUM: \_\_\_\_\_

Legenda (\*): \*blaga, \*\*srednje intenzivna, \*\*\* intenzivna

|    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 20 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 19 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 18 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 17 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 16 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 0  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| ura določitve glukoze v krvi |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| glukoza v krvi               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ogljikovi hidrati            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| osnovni bolus                |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| korekcijski bolus            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ketoni v urinu               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| telesna aktivnost (*)        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| bazalni odmerki              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 0  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 16 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 17 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 18 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 19 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 20 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

ura

mmol/L

| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |             |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|-------------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |             |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH        |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                | Seštevek OH |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |             |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|-------------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |             |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH        |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     | Seštevek OH |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

POP:

PONOČi:

DATUM: \_\_\_\_\_

Legenda (\*): \*blaga, \*\*srednje intenzivna, \*\*\* intenzivna

|    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 20 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 19 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 18 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 17 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 16 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 0  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

mmol/L

ura

|                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| ura določitve glukoze v krvi |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| glukoza v krvi               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ogljikovi hidrati            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| osnovni bolus                |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| korekcijski bolus            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ketoni v urinu               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| telesna aktivnost (*)        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| bazalni odmerak              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

ura



| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |      |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |      |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                |      |
|               |        |               | Seštevek OH |                |      |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |      |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |      |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     |      |
|                    |        |                    | Seštevek OH |                     |      |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP: \_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_

POP: \_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_

PONOČi: \_\_\_\_\_

DATUM: \_\_\_\_\_

Legenda (\*): \*blaga, \*\*srednje intenzivna, \*\*\* intenzivna

| mmol/L | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
|--------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 20     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 19     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 18     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 17     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 16     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 15     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 14     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 13     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 12     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 11     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 10     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 9      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 8      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 7      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 6      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 5      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 4      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 3      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 2      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 1      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 0      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |

|                              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| ura določitve glukoze v krvi |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| glukoza v krvi               |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| ogljikovi hidrati            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| osnovni bolus                |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| korekcijski bolus            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| ketoni v urinu               |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| telesna aktivnost (*)        |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| bazalni odmere               |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| ura                          | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |

| ura: _____  |        | ura: _____ |             | ura: _____ |             |
|-------------|--------|------------|-------------|------------|-------------|
| ZAJTRK      |        | KOSILO     |             | VEČERJA    |             |
| količina    | živilo | g OH       | količina    | živilo     | g OH        |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
| Seštevek OH |        |            | Seštevek OH |            | Seštevek OH |

| ura: _____  |        | ura: _____  |             | ura: _____   |             |
|-------------|--------|-------------|-------------|--------------|-------------|
| DOP. MALICA |        | POP. MALICA |             | PRED SPANJEM |             |
| količina    | živilo | g OH        | količina    | živilo       | g OH        |
|             |        |             |             |              |             |
|             |        |             |             |              |             |
|             |        |             |             |              |             |
|             |        |             |             |              |             |
|             |        |             |             |              |             |
|             |        |             |             |              |             |
|             |        |             |             |              |             |
|             |        |             |             |              |             |
| Seštevek OH |        |             | Seštevek OH |              | Seštevek OH |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

K: \_\_\_\_\_

POP:

V: \_\_\_\_\_

PONOČi:



| ura: _____  |        | ura: _____ |             | ura: _____ |             |
|-------------|--------|------------|-------------|------------|-------------|
| ZAJTRK      |        | KOSILO     |             | VEČERJA    |             |
| količina    | živilo | g OH       | količina    | živilo     | g OH        |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
| Seštevek OH |        |            | Seštevek OH |            | Seštevek OH |

| ura: _____  |        | ura: _____  |             | ura: _____   |             |
|-------------|--------|-------------|-------------|--------------|-------------|
| DOP. MALICA |        | POP. MALICA |             | PRED SPANJEM |             |
| količina    | živilo | g OH        | količina    | živilo       | g OH        |
|             |        |             |             |              |             |
|             |        |             |             |              |             |
|             |        |             |             |              |             |
|             |        |             |             |              |             |
|             |        |             |             |              |             |
|             |        |             |             |              |             |
|             |        |             |             |              |             |
|             |        |             |             |              |             |
|             |        |             |             |              |             |
| Seštevek OH |        |             | Seštevek OH |              | Seštevek OH |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

POP:

PONOČI:



| ura: _____  |        | ura: _____ |             | ura: _____ |      |
|-------------|--------|------------|-------------|------------|------|
| ZAJTRK      |        | KOSILO     |             | VEČERJA    |      |
| količina    | živilo | g OH       | količina    | živilo     | g OH |
|             |        |            |             |            |      |
|             |        |            |             |            |      |
|             |        |            |             |            |      |
|             |        |            |             |            |      |
|             |        |            |             |            |      |
| Seštevek OH |        |            | Seštevek OH |            |      |
|             |        |            | Seštevek OH |            |      |

| ura: _____  |        | ura: _____  |             | ura: _____   |      |
|-------------|--------|-------------|-------------|--------------|------|
| DOP. MALICA |        | POP. MALICA |             | PRED SPANJEM |      |
| količina    | živilo | g OH        | količina    | živilo       | g OH |
|             |        |             |             |              |      |
|             |        |             |             |              |      |
|             |        |             |             |              |      |
|             |        |             |             |              |      |
|             |        |             |             |              |      |
| Seštevek OH |        |             | Seštevek OH |              |      |
|             |        |             | Seštevek OH |              |      |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_

KF

DOP: \_\_\_\_\_

POP: \_\_\_\_\_

PONOČI: \_\_\_\_\_





| ura: _____  |        | ZAJTRK |             | ura: _____ |      | KOSILO      |        | ura: _____ |             | VEČERJA |      |
|-------------|--------|--------|-------------|------------|------|-------------|--------|------------|-------------|---------|------|
| količina    | živilo | g OH   | količina    | živilo     | g OH | količina    | živilo | g OH       | količina    | živilo  | g OH |
|             |        |        |             |            |      |             |        |            |             |         |      |
|             |        |        |             |            |      |             |        |            |             |         |      |
|             |        |        |             |            |      |             |        |            |             |         |      |
|             |        |        |             |            |      |             |        |            |             |         |      |
| Seštevek OH |        |        | Seštevek OH |            |      | Seštevek OH |        |            | Seštevek OH |         |      |

| ura: _____  |        | DOP. MALICA |             | ura: _____ |      | POP. MALICA |        | ura: _____ |             | PRED SPANJEM |      |
|-------------|--------|-------------|-------------|------------|------|-------------|--------|------------|-------------|--------------|------|
| količina    | živilo | g OH        | količina    | živilo     | g OH | količina    | živilo | g OH       | količina    | živilo       | g OH |
|             |        |             |             |            |      |             |        |            |             |              |      |
|             |        |             |             |            |      |             |        |            |             |              |      |
|             |        |             |             |            |      |             |        |            |             |              |      |
| Seštevek OH |        |             | Seštevek OH |            |      | Seštevek OH |        |            | Seštevek OH |              |      |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

K: \_\_\_\_\_

POP:

V: \_\_\_\_\_

PONOČi:

DATUM: \_\_\_\_\_

Legenda (\*): \*blaga, \*\*srednje intenzivna, \*\*\* intenzivna

| ura | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 20  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 19  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 18  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 17  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 16  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 15  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 14  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 13  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 12  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 11  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 10  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 9   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 8   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 7   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 6   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 5   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 4   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 3   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 2   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 1   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 0   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |

|                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| ura določitve glukoze v krvi |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| glukoza v krvi               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ogljikovi hidrati            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| osnovni bolus                |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| korpekcijski bolus           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ketoni v urinu               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| telesna aktivnost (*)        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| bazalni odmerek              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 0                            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

ura

| ura: _____    |        | ura: _____    |        | ura: _____     |        |
|---------------|--------|---------------|--------|----------------|--------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |        | <b>VEČERJA</b> |        |
| količina      | živilo | količina      | živilo | količina       | živilo |
| g OH          | g OH   | g OH          | g OH   | g OH           | g OH   |
|               |        |               |        |                |        |
|               |        |               |        |                |        |
|               |        |               |        |                |        |
|               |        |               |        |                |        |
| Seštevek OH   |        | Seštevek OH   |        | Seštevek OH    |        |

| ura: _____         |        | ura: _____         |        | ura: _____          |        |
|--------------------|--------|--------------------|--------|---------------------|--------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |        | <b>PRED SPANJEM</b> |        |
| količina           | živilo | količina           | živilo | količina            | živilo |
| g OH               | g OH   | g OH               | g OH   | g OH                | g OH   |
|                    |        |                    |        |                     |        |
|                    |        |                    |        |                     |        |
|                    |        |                    |        |                     |        |
|                    |        |                    |        |                     |        |
| Seštevek OH        |        | Seštevek OH        |        | Seštevek OH         |        |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

K: \_\_\_\_\_

POP:

V: \_\_\_\_\_

PONOČi:



| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |             |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|-------------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |             |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH        |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                | Seštevek OH |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |             |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|-------------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |             |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH        |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     | Seštevek OH |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP: \_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_

POP: \_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_

PONOČI: \_\_\_\_\_



| ura: _____  |        | ZAJTRK |          | ura: _____ |      | KOŠILO      |        | ura: _____ |             | VEČERJA |      |
|-------------|--------|--------|----------|------------|------|-------------|--------|------------|-------------|---------|------|
| količina    | živilo | g OH   | količina | živilo     | g OH | količina    | živilo | g OH       | količina    | živilo  | g OH |
|             |        |        |          |            |      |             |        |            |             |         |      |
|             |        |        |          |            |      |             |        |            |             |         |      |
|             |        |        |          |            |      |             |        |            |             |         |      |
|             |        |        |          |            |      |             |        |            |             |         |      |
| Seštevek OH |        |        |          |            |      | Seštevek OH |        |            | Seštevek OH |         |      |

| ura: _____  |        | DOP. MALICA |          | ura: _____ |      | POP. MALICA |        | ura: _____ |             | PRED SPANJEM |      |
|-------------|--------|-------------|----------|------------|------|-------------|--------|------------|-------------|--------------|------|
| količina    | živilo | g OH        | količina | živilo     | g OH | količina    | živilo | g OH       | količina    | živilo       | g OH |
|             |        |             |          |            |      |             |        |            |             |              |      |
|             |        |             |          |            |      |             |        |            |             |              |      |
|             |        |             |          |            |      |             |        |            |             |              |      |
| Seštevek OH |        |             |          |            |      | Seštevek OH |        |            | Seštevek OH |              |      |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

K: \_\_\_\_\_

POP:

V: \_\_\_\_\_

PONOČi:









| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |      |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |      |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                |      |
|               |        |               | Seštevek OH |                |      |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |      |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |      |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     |      |
|                    |        |                    | Seštevek OH |                     |      |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP: \_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_

POP: \_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_

PONOČi: \_\_\_\_\_



| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |             |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|-------------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |             |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH        |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                | Seštevek OH |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |             |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|-------------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |             |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH        |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     | Seštevek OH |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

K: \_\_\_\_\_

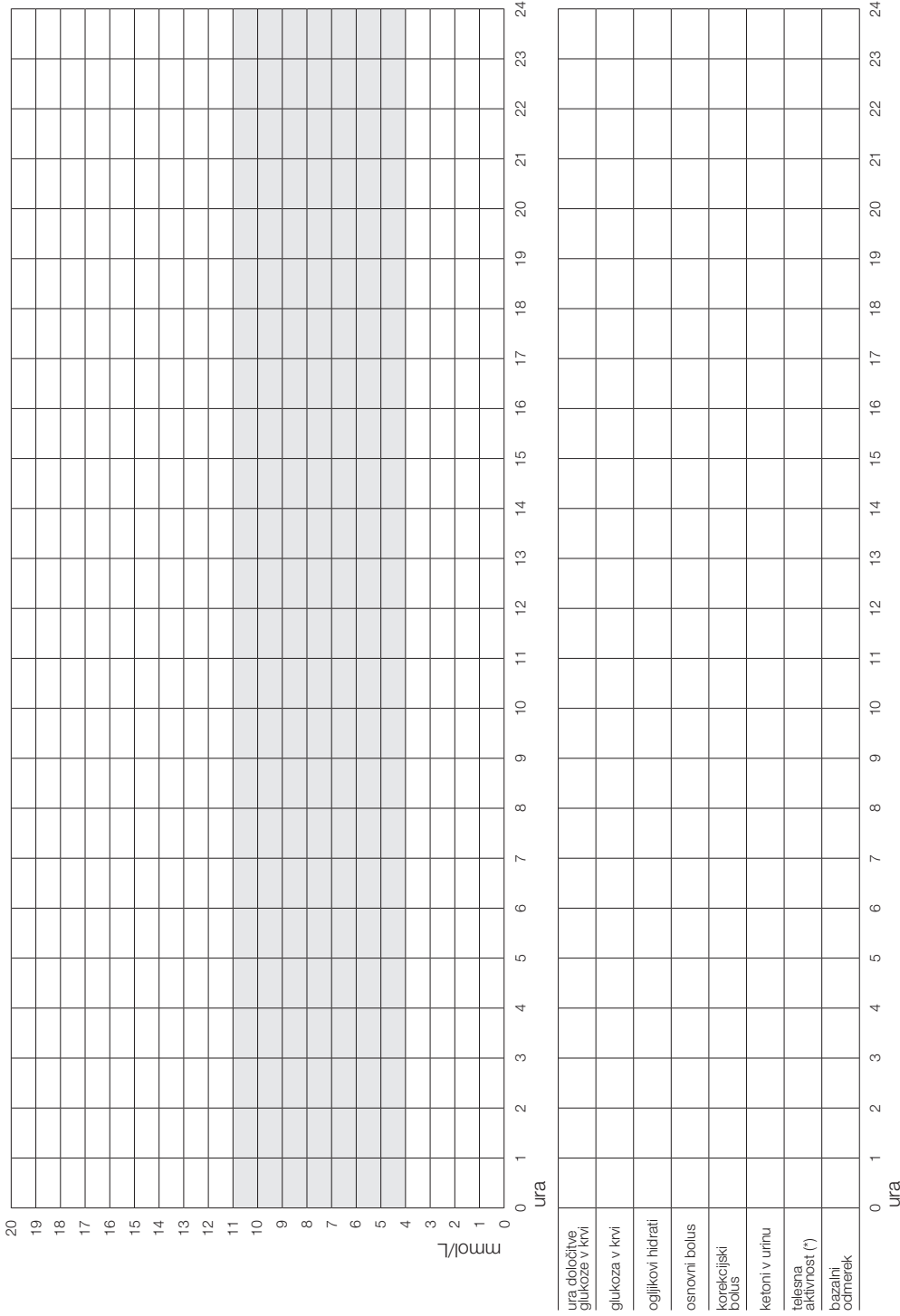
POP:

V: \_\_\_\_\_

PONOČi:

DATUM: \_\_\_\_\_

Legenda (\*): \*blaga, \*\*srednje intenzivna, \*\*\* intenzivna



mmol/L

ura

ura

| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |             |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|-------------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |             |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH        |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                | Seštevek OH |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |             |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|-------------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |             |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH        |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     | Seštevek OH |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

POP:

PONOČi:

**DATUM:** \_\_\_\_\_

Legenda (\*): \*blaga, \*\*srednje intenzivna, \*\*\* intenzivna

|    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 20 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 19 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 18 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 17 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 16 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 0  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

mmol/L

ura

|                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| ura določitve glukoze v krvi |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| glukoza v krvi               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ogljikovi hidrati            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| osnovni bolus                |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| korректиjski bolus           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ketoni v urinu               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| telesna aktivnost (*)        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| bazalni odmerek              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 0                            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

ura



| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |      |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |      |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                |      |
|               |        |               | Seštevek OH |                |      |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |      |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |      |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     |      |
|                    |        |                    | Seštevek OH |                     |      |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP: \_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_

POP: \_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_

PONOČi: \_\_\_\_\_

Legenda (\*): \*blaga, \*\*srednje intenzivna, \*\*\*intenzivna

DATUM: \_\_\_\_\_

|    | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |  |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--|
| 20 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| 19 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| 18 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| 17 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| 16 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| 15 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| 14 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| 13 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| 12 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| 11 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| 10 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| 9  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| 8  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| 7  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| 6  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| 5  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| 4  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| 3  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| 2  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| 1  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| 0  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |

mmol/L

ura

|                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| ura določitve glukoze v krvi |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| glukoza v krvi               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ogljikovi hidrati            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| osnovni bolus                |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| korekcijski bolus            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ketoni v urinu               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| telesna aktivnost (*)        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| bazalni odmerek              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

ura

| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |             |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|-------------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |             |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH        |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                | Seštevek OH |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |             |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|-------------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |             |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH        |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     | Seštevek OH |

**Opombe:** \_\_\_\_\_

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

K: \_\_\_\_\_

POP:

V: \_\_\_\_\_

PONOČi:



| ura: _____  |        | ura: _____ |             | ura: _____ |             |
|-------------|--------|------------|-------------|------------|-------------|
| ZAJTRK      |        | KOSILO     |             | VEČERJA    |             |
| količina    | živilo | g OH       | količina    | živilo     | g OH        |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
| Seštevek OH |        |            | Seštevek OH |            | Seštevek OH |

| ura: _____  |        | ura: _____  |             | ura: _____   |             |
|-------------|--------|-------------|-------------|--------------|-------------|
| DOP. MALICA |        | POP. MALICA |             | PRED SPANJEM |             |
| količina    | živilo | g OH        | količina    | živilo       | g OH        |
|             |        |             |             |              |             |
|             |        |             |             |              |             |
|             |        |             |             |              |             |
| Seštevek OH |        |             | Seštevek OH |              | Seštevek OH |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP: \_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_

POP: \_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_

PONOČI: \_\_\_\_\_



| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |             |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|-------------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |             |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH        |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                | Seštevek OH |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |             |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|-------------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |             |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH        |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     | Seštevek OH |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

K: \_\_\_\_\_

POP:

V: \_\_\_\_\_

PONOČi:





ura: \_\_\_\_\_ ura: \_\_\_\_\_ ura: \_\_\_\_\_

| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |      |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|------|
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                |      |

ura: \_\_\_\_\_ ura: \_\_\_\_\_ ura: \_\_\_\_\_

| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |      |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|------|
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     |      |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_ KF DOP: \_\_\_\_\_  
K: \_\_\_\_\_ POP: \_\_\_\_\_  
V: \_\_\_\_\_ PONOČi: \_\_\_\_\_



| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |      |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |      |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                |      |
|               |        |               | Seštevek OH |                |      |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |      |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |      |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     |      |
|                    |        |                    | Seštevek OH |                     |      |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

POP:

PONOČi:



| ura: _____  |        | KOSILO |             | ura: _____ |      | VEČERJA     |        |
|-------------|--------|--------|-------------|------------|------|-------------|--------|
| ZAJTRK      |        | KOSILO |             | ura: _____ |      | VEČERJA     |        |
| količina    | živilo | g OH   | količina    | živilo     | g OH | količina    | živilo |
|             |        |        |             |            |      |             |        |
|             |        |        |             |            |      |             |        |
|             |        |        |             |            |      |             |        |
|             |        |        |             |            |      |             |        |
|             |        |        |             |            |      |             |        |
| Seštevek OH |        |        | Seštevek OH |            |      | Seštevek OH |        |

| ura: _____  |        | POP. MALICA |             | ura: _____ |      | PRED SPANJEM |        |
|-------------|--------|-------------|-------------|------------|------|--------------|--------|
| DOP. MALICA |        | POP. MALICA |             | ura: _____ |      | PRED SPANJEM |        |
| količina    | živilo | g OH        | količina    | živilo     | g OH | količina     | živilo |
|             |        |             |             |            |      |              |        |
|             |        |             |             |            |      |              |        |
|             |        |             |             |            |      |              |        |
|             |        |             |             |            |      |              |        |
|             |        |             |             |            |      |              |        |
| Seštevek OH |        |             | Seštevek OH |            |      | Seštevek OH  |        |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

POP:

PONOČi:



| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |      |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |      |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                |      |
|               |        |               | Seštevek OH |                |      |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |      |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |      |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     |      |
|                    |        |                    | Seštevek OH |                     |      |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP: \_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_

POP: \_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_

PONOČI: \_\_\_\_\_





| ura: _____  |        | ura: _____ |             | ura: _____ |             |
|-------------|--------|------------|-------------|------------|-------------|
| ZAJTRK      |        | KOSILO     |             | VEČERJA    |             |
| količina    | živilo | g OH       | količina    | živilo     | g OH        |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
| Seštevek OH |        |            | Seštevek OH |            | Seštevek OH |

| ura: _____  |        | ura: _____  |             | ura: _____   |             |
|-------------|--------|-------------|-------------|--------------|-------------|
| DOP. MALICA |        | POP. MALICA |             | PRED SPANJEM |             |
| količina    | živilo | g OH        | količina    | živilo       | g OH        |
|             |        |             |             |              |             |
|             |        |             |             |              |             |
|             |        |             |             |              |             |
|             |        |             |             |              |             |
| Seštevek OH |        |             | Seštevek OH |              | Seštevek OH |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_

KF

DOP: \_\_\_\_\_

POP: \_\_\_\_\_

PONOČI: \_\_\_\_\_



| ura: _____ | <b>ZAJTRK</b> |      | ura: _____ | <b>KOSILO</b> |      | ura: _____ | <b>VEČERJA</b> |      |
|------------|---------------|------|------------|---------------|------|------------|----------------|------|
| količina   | živilo        | g OH | količina   | živilo        | g OH | količina   | živilo         | g OH |
|            |               |      |            |               |      |            |                |      |
|            |               |      |            |               |      |            |                |      |
|            |               |      |            |               |      |            |                |      |
|            |               |      |            |               |      |            |                |      |
|            |               |      |            |               |      |            |                |      |
|            |               |      |            |               |      |            |                |      |
|            |               |      |            |               |      |            |                |      |
|            | Seštevek OH   |      |            | Seštevek OH   |      |            | Seštevek OH    |      |

| ura: _____ | <b>DOP. MALICA</b> |      | ura: _____ | <b>POP. MALICA</b> |      | ura: _____ | <b>PRED SPANJEM</b> |      |
|------------|--------------------|------|------------|--------------------|------|------------|---------------------|------|
| količina   | živilo             | g OH | količina   | živilo             | g OH | količina   | živilo              | g OH |
|            |                    |      |            |                    |      |            |                     |      |
|            |                    |      |            |                    |      |            |                     |      |
|            |                    |      |            |                    |      |            |                     |      |
|            |                    |      |            |                    |      |            |                     |      |
|            |                    |      |            |                    |      |            |                     |      |
|            |                    |      |            |                    |      |            |                     |      |
|            |                    |      |            |                    |      |            |                     |      |
|            | Seštevek OH        |      |            | Seštevek OH        |      |            | Seštevek OH         |      |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_ KF DOP: \_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_ POP: \_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_ PONOČi: \_\_\_\_\_



| ura: _____  |        | ZAJTRK |          | ura: _____ |      | KOSILO      |        | ura: _____ |             | VEČERJA |      |
|-------------|--------|--------|----------|------------|------|-------------|--------|------------|-------------|---------|------|
| količina    | živilo | g OH   | količina | živilo     | g OH | količina    | živilo | g OH       | količina    | živilo  | g OH |
|             |        |        |          |            |      |             |        |            |             |         |      |
|             |        |        |          |            |      |             |        |            |             |         |      |
|             |        |        |          |            |      |             |        |            |             |         |      |
|             |        |        |          |            |      |             |        |            |             |         |      |
|             |        |        |          |            |      |             |        |            |             |         |      |
|             |        |        |          |            |      |             |        |            |             |         |      |
|             |        |        |          |            |      |             |        |            |             |         |      |
| Seštevek OH |        |        |          |            |      | Seštevek OH |        |            | Seštevek OH |         |      |

| ura: _____  |        | DOP. MALICA |          | ura: _____ |      | POP. MALICA |        | ura: _____ |             | PRED SPANJEM |      |
|-------------|--------|-------------|----------|------------|------|-------------|--------|------------|-------------|--------------|------|
| količina    | živilo | g OH        | količina | živilo     | g OH | količina    | živilo | g OH       | količina    | živilo       | g OH |
|             |        |             |          |            |      |             |        |            |             |              |      |
|             |        |             |          |            |      |             |        |            |             |              |      |
|             |        |             |          |            |      |             |        |            |             |              |      |
|             |        |             |          |            |      |             |        |            |             |              |      |
|             |        |             |          |            |      |             |        |            |             |              |      |
|             |        |             |          |            |      |             |        |            |             |              |      |
|             |        |             |          |            |      |             |        |            |             |              |      |
| Seštevek OH |        |             |          |            |      | Seštevek OH |        |            | Seštevek OH |              |      |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP: \_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_

POP: \_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_

PONOČI: \_\_\_\_\_

DATUM:

Legenda (\*): \*blaga, \*\*srednje intenzivna, \*\*\* intenzivna

|    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 20 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 19 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 18 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 17 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 16 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 0  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

mmol/L

ura

|                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| ura določitve glukoze v krvi |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| glukoza v krvi               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ogljikovi hidrati            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| osnovni bolus                |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| korekcijski bolus            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ketoni v urinu               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| telesna aktivnost (*)        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| bazalni odmerek              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

ura

| ura: _____  |        | ZAJTRK |          | ura: _____ |      | KOSILO      |        | ura: _____ |             | VEČERJA |      |
|-------------|--------|--------|----------|------------|------|-------------|--------|------------|-------------|---------|------|
| količina    | živilo | g OH   | količina | živilo     | g OH | količina    | živilo | g OH       | količina    | živilo  | g OH |
|             |        |        |          |            |      |             |        |            |             |         |      |
|             |        |        |          |            |      |             |        |            |             |         |      |
|             |        |        |          |            |      |             |        |            |             |         |      |
|             |        |        |          |            |      |             |        |            |             |         |      |
| Seštevek OH |        |        |          |            |      | Seštevek OH |        |            |             |         |      |
| Seštevek OH |        |        |          |            |      | Seštevek OH |        |            | Seštevek OH |         |      |

| ura: _____  |        | DOP. MALICA |          | ura: _____ |      | POP. MALICA |        | ura: _____ |             | PRED SPANJEM |      |
|-------------|--------|-------------|----------|------------|------|-------------|--------|------------|-------------|--------------|------|
| količina    | živilo | g OH        | količina | živilo     | g OH | količina    | živilo | g OH       | količina    | živilo       | g OH |
|             |        |             |          |            |      |             |        |            |             |              |      |
|             |        |             |          |            |      |             |        |            |             |              |      |
|             |        |             |          |            |      |             |        |            |             |              |      |
| Seštevek OH |        |             |          |            |      | Seštevek OH |        |            | Seštevek OH |              |      |

**Opombe:**

OH f    Z: \_\_\_\_\_    KF    DOP: \_\_\_\_\_

          K: \_\_\_\_\_    POP: \_\_\_\_\_

          V: \_\_\_\_\_    PONOČi: \_\_\_\_\_





| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |             |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|-------------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |             |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH        |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                | Seštevek OH |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |             |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|-------------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |             |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH        |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     | Seštevek OH |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

K: \_\_\_\_\_

POP:

V: \_\_\_\_\_

PONOČi:



| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |             |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|-------------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |             |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH        |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                | Seštevek OH |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |             |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|-------------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |             |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH        |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     | Seštevek OH |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

POP:

PONOČi:













| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |             |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|-------------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |             |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH        |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                | Seštevek OH |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |             |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|-------------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |             |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH        |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     | Seštevek OH |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

POP:

PONOČi:

DATUM: \_\_\_\_\_

Legenda (\*): \*blaga, \*\*srednje intenzivna, \*\*\* intenzivna

| mmol/L | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
|--------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 20     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 19     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 18     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 17     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 16     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 15     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 14     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 13     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 12     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 11     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 10     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 9      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 8      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 7      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 6      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 5      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 4      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 3      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 2      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 1      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 0      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |

|                              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| ura določitve glukoze v krvi |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| glukoza v krvi               |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| ogljikovi hidrati            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| osnovni bolus                |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| korekcijski bolus            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| ketoni v urinu               |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| telesna aktivnost (*)        |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| bazalni odmerek              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| ura                          | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |

| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |             |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|-------------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |             |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH        |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                | Seštevek OH |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |             |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|-------------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |             |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH        |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     | Seštevek OH |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

K: \_\_\_\_\_

POP:

V: \_\_\_\_\_

PONOČi:



| ura: _____  |        | ZAJTRK |             | ura: _____ |      | KOSILO      |        | ura: _____ |             | VEČERJA |      |
|-------------|--------|--------|-------------|------------|------|-------------|--------|------------|-------------|---------|------|
| količina    | živilo | g OH   | količina    | živilo     | g OH | količina    | živilo | g OH       | količina    | živilo  | g OH |
|             |        |        |             |            |      |             |        |            |             |         |      |
|             |        |        |             |            |      |             |        |            |             |         |      |
|             |        |        |             |            |      |             |        |            |             |         |      |
|             |        |        |             |            |      |             |        |            |             |         |      |
|             |        |        |             |            |      |             |        |            |             |         |      |
|             |        |        |             |            |      |             |        |            |             |         |      |
| Seštevek OH |        |        | Seštevek OH |            |      | Seštevek OH |        |            | Seštevek OH |         |      |

| ura: _____  |        | DOP. MALICA |             | ura: _____ |      | POP. MALICA |        | ura: _____ |             | PRED SPANJEM |      |
|-------------|--------|-------------|-------------|------------|------|-------------|--------|------------|-------------|--------------|------|
| količina    | živilo | g OH        | količina    | živilo     | g OH | količina    | živilo | g OH       | količina    | živilo       | g OH |
|             |        |             |             |            |      |             |        |            |             |              |      |
|             |        |             |             |            |      |             |        |            |             |              |      |
|             |        |             |             |            |      |             |        |            |             |              |      |
|             |        |             |             |            |      |             |        |            |             |              |      |
|             |        |             |             |            |      |             |        |            |             |              |      |
|             |        |             |             |            |      |             |        |            |             |              |      |
| Seštevek OH |        |             | Seštevek OH |            |      | Seštevek OH |        |            | Seštevek OH |              |      |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

\_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_

POP:

\_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_

PONOČi:

\_\_\_\_\_



| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |      |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |      |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                |      |
|               |        |               | Seštevek OH |                |      |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |      |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |      |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     |      |
|                    |        |                    | Seštevek OH |                     |      |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

K: \_\_\_\_\_

POP:

V: \_\_\_\_\_

PONOČi:



























| ura: _____  |        | ura: _____ |             | ura: _____ |             |
|-------------|--------|------------|-------------|------------|-------------|
| ZAJTRK      |        | KOSILO     |             | VEČERJA    |             |
| količina    | živilo | g OH       | količina    | živilo     | g OH        |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
| Seštevek OH |        |            | Seštevek OH |            | Seštevek OH |

| ura: _____  |        | ura: _____  |             | ura: _____   |             |
|-------------|--------|-------------|-------------|--------------|-------------|
| DOP. MALICA |        | POP. MALICA |             | PRED SPANJEM |             |
| količina    | živilo | g OH        | količina    | živilo       | g OH        |
|             |        |             |             |              |             |
|             |        |             |             |              |             |
|             |        |             |             |              |             |
| Seštevek OH |        |             | Seštevek OH |              | Seštevek OH |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

\_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_

POP:

\_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_

PONOČi:

\_\_\_\_\_

DATUM:

Legenda (\*): \*blaga, \*\*srednje intenzivna, \*\*\*intenzivna

| mmol/L | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
|--------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 20     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 19     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 18     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 17     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 16     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 15     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 14     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 13     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 12     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 11     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 10     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 9      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 8      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 7      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 6      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 5      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 4      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 3      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 2      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 1      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 0      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |

ura določitve  
glukoze v krvi

glukoza v krvi

ogljikovi hidrati

osnovni bolus

popravljalni  
bolus

ketoni v urinu

telesna  
aktivnost (\*)

bazalni  
odmerek

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24

ura

| ura: _____    |        | ura: _____    |        | ura: _____     |        |
|---------------|--------|---------------|--------|----------------|--------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |        | <b>VEČERJA</b> |        |
| količina      | živilo | količina      | živilo | količina       | živilo |
|               | g OH   |               | g OH   |                | g OH   |
|               |        |               |        |                |        |
|               |        |               |        |                |        |
|               |        |               |        |                |        |
|               |        |               |        |                |        |
| Seštevek OH   |        | Seštevek OH   |        | Seštevek OH    |        |

| ura: _____         |        | ura: _____         |        | ura: _____          |        |
|--------------------|--------|--------------------|--------|---------------------|--------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |        | <b>PRED SPANJEM</b> |        |
| količina           | živilo | količina           | živilo | količina            | živilo |
|                    | g OH   |                    | g OH   |                     | g OH   |
|                    |        |                    |        |                     |        |
|                    |        |                    |        |                     |        |
|                    |        |                    |        |                     |        |
|                    |        |                    |        |                     |        |
| Seštevek OH        |        | Seštevek OH        |        | Seštevek OH         |        |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

POP:

PONOČi:



| ura: _____  |        | ura: _____ |             | ura: _____ |             |
|-------------|--------|------------|-------------|------------|-------------|
| ZAJTRK      |        | KOSILO     |             | VEČERJA    |             |
| količina    | živilo | g OH       | količina    | živilo     | g OH        |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
|             |        |            |             |            |             |
| Seštevek OH |        |            | Seštevek OH |            | Seštevek OH |

| ura: _____  |        | ura: _____  |             | ura: _____   |             |
|-------------|--------|-------------|-------------|--------------|-------------|
| DOP. MALICA |        | POP. MALICA |             | PRED SPANJEM |             |
| količina    | živilo | g OH        | količina    | živilo       | g OH        |
|             |        |             |             |              |             |
|             |        |             |             |              |             |
| Seštevek OH |        |             | Seštevek OH |              | Seštevek OH |

**Opombe:** \_\_\_\_\_

OH f Z: \_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_

KF

DOP: \_\_\_\_\_

POP: \_\_\_\_\_

PONOČi: \_\_\_\_\_























| ura: _____  |        | ZAJTRK |          | ura: _____  |      | KOSILO   |        | ura: _____  |          | VEČERJA |      |
|-------------|--------|--------|----------|-------------|------|----------|--------|-------------|----------|---------|------|
| količina    | živilo | g OH   | količina | živilo      | g OH | količina | živilo | g OH        | količina | živilo  | g OH |
|             |        |        |          |             |      |          |        |             |          |         |      |
|             |        |        |          |             |      |          |        |             |          |         |      |
|             |        |        |          |             |      |          |        |             |          |         |      |
|             |        |        |          |             |      |          |        |             |          |         |      |
|             |        |        |          |             |      |          |        |             |          |         |      |
| Seštevek OH |        |        |          | Seštevek OH |      |          |        | Seštevek OH |          |         |      |

| ura: _____  |        | DOP. MALICA |          | ura: _____  |      | POP. MALICA |        | ura: _____  |          | PRED SPANJEM |      |
|-------------|--------|-------------|----------|-------------|------|-------------|--------|-------------|----------|--------------|------|
| količina    | živilo | g OH        | količina | živilo      | g OH | količina    | živilo | g OH        | količina | živilo       | g OH |
|             |        |             |          |             |      |             |        |             |          |              |      |
|             |        |             |          |             |      |             |        |             |          |              |      |
|             |        |             |          |             |      |             |        |             |          |              |      |
|             |        |             |          |             |      |             |        |             |          |              |      |
|             |        |             |          |             |      |             |        |             |          |              |      |
| Seštevek OH |        |             |          | Seštevek OH |      |             |        | Seštevek OH |          |              |      |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

POP:

PONOČi:



| ura: _____ <b>ZAJTRK</b> |        |      | ura: _____ <b>KOSILO</b> |        |      | ura: _____ <b>VEČERJA</b> |        |      |
|--------------------------|--------|------|--------------------------|--------|------|---------------------------|--------|------|
| količina                 | živilo | g OH | količina                 | živilo | g OH | količina                  | živilo | g OH |
|                          |        |      |                          |        |      |                           |        |      |
|                          |        |      |                          |        |      |                           |        |      |
|                          |        |      |                          |        |      |                           |        |      |
|                          |        |      |                          |        |      |                           |        |      |
|                          |        |      |                          |        |      |                           |        |      |
| Seštevek OH              |        |      | Seštevek OH              |        |      | Seštevek OH               |        |      |

| ura: _____ <b>DOP. MALICA</b> |        |      | ura: _____ <b>POP. MALICA</b> |        |      | ura: _____ <b>PRED SPANJEM</b> |        |      |
|-------------------------------|--------|------|-------------------------------|--------|------|--------------------------------|--------|------|
| količina                      | živilo | g OH | količina                      | živilo | g OH | količina                       | živilo | g OH |
|                               |        |      |                               |        |      |                                |        |      |
|                               |        |      |                               |        |      |                                |        |      |
|                               |        |      |                               |        |      |                                |        |      |
|                               |        |      |                               |        |      |                                |        |      |
|                               |        |      |                               |        |      |                                |        |      |
|                               |        |      |                               |        |      |                                |        |      |
| Seštevek OH                   |        |      | Seštevek OH                   |        |      | Seštevek OH                    |        |      |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_ KF DOP: \_\_\_\_\_

K: \_\_\_\_\_ POP: \_\_\_\_\_

V: \_\_\_\_\_ PONOČI: \_\_\_\_\_



| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |      |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |      |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                |      |
|               |        |               | Seštevek OH |                |      |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |      |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |      |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     |      |
|                    |        |                    | Seštevek OH |                     |      |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

K: \_\_\_\_\_

POP:

V: \_\_\_\_\_

PONOČi:



| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |             |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|-------------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |             |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH        |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                | Seštevek OH |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |             |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|-------------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |             |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH        |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     | Seštevek OH |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

K: \_\_\_\_\_

POP:

V: \_\_\_\_\_

PONOČi:























| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |             |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|-------------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |             |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH        |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                | Seštevek OH |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |             |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|-------------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |             |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH        |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     | Seštevek OH |

**Opombe:** \_\_\_\_\_

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

K: \_\_\_\_\_

POP:

V: \_\_\_\_\_

PONOČi:

DATUM: \_\_\_\_\_

Legenda (\*): \*blaga, \*\*srednje intenzivna, \*\*\* intenzivna

| ura | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 20  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 19  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 18  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 17  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 16  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 15  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 14  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 13  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 12  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 11  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 10  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 9   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 8   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 7   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 6   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 5   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 4   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 3   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 2   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 1   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 0   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |

mmol/L

ura

|                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| ura določitve glukoze v krvi |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| glukoza v krvi               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ogljikovi hidrati            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| osnovni bolus                |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| korekcijski bolus            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ketoni v urinu               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| telesna aktivnost (*)        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| bazalni odmerek              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

ura

| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |      |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |      |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
|               |        |               |             |                |      |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                |      |
|               |        |               | Seštevek OH |                |      |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |      |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |      |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
|                    |        |                    |             |                     |      |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     |      |
|                    |        |                    | Seštevek OH |                     |      |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

K: \_\_\_\_\_

POP:

V: \_\_\_\_\_

PONOČi:



| ura: _____    |        | ura: _____    |             | ura: _____     |             |
|---------------|--------|---------------|-------------|----------------|-------------|
| <b>ZAJTRK</b> |        | <b>KOSILO</b> |             | <b>VEČERJA</b> |             |
| količina      | živilo | g OH          | količina    | živilo         | g OH        |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
|               |        |               |             |                |             |
| Seštevek OH   |        |               | Seštevek OH |                | Seštevek OH |

| ura: _____         |        | ura: _____         |             | ura: _____          |             |
|--------------------|--------|--------------------|-------------|---------------------|-------------|
| <b>DOP. MALICA</b> |        | <b>POP. MALICA</b> |             | <b>PRED SPANJEM</b> |             |
| količina           | živilo | g OH               | količina    | živilo              | g OH        |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
|                    |        |                    |             |                     |             |
| Seštevek OH        |        |                    | Seštevek OH |                     | Seštevek OH |

**Opombe:**

OH f Z: \_\_\_\_\_

KF

DOP:

K: \_\_\_\_\_

POP:

V: \_\_\_\_\_

PONOČi:

# A - PREVERJANJE BAZALNIH ODMERKOV

Datum

Datum

Datum

Datum

| Noč  |
|------|
| 0:00 |
| 3:00 |
| 6:00 |
| 8:00 |
|      |
|      |
|      |
|      |
|      |
|      |
|      |

| Dopoldan |
|----------|
| 6:00     |
| 7:00     |
| 8:00     |
| 9:00     |
| 10:00    |
| 11:00    |
| 12:00    |
|          |

| Popoldan |
|----------|
| 12:00    |
| 13:00    |
| 14:00    |
| 15:00    |
| 16:00    |
| 17:00    |
| 18:00    |
| 19:00    |

| Večer |
|-------|
| 19:00 |
| 20:00 |
| 21:00 |
| 22:00 |
| 23:00 |
| 24:00 |
|       |

Datum

---

Datum

---

Datum

---

Datum

---

**Noč**

**Dopoldan**

**Popoldan**

**Večer**

0:00

6:00

12:00

19:00

3:00

7:00

13:00

20:00

6:00

8:00

14:00

21:00

8:00

9:00

15:00

22:00

10:00

16:00

23:00

11:00

17:00

24:00

12:00

18:00

19:00

## B - PREVERJANJE OH FAKTORJA

### ZAJTRK

|                |      |
|----------------|------|
| 1. 1 enota za  | g OH |
| 2. Količina OH | g    |
| 3. Bolus:      | E    |
|                |      |

### Datum

---

|     |
|-----|
| 0 h |
| 1 h |
| 2 h |
| 3 h |
| 4 h |

### KOSILO

|                |      |
|----------------|------|
| 1. 1 enota za  | g OH |
| 2. Količina OH | g    |
| 3. Bolus:      | E    |
|                |      |

### Datum

---

|     |
|-----|
| 0 h |
| 1 h |
| 2 h |
| 3 h |
| 4 h |

### VEČERJA

|                |      |
|----------------|------|
| 1. 1 enota za  | g OH |
| 2. Količina OH | g    |
| 3. Bolus:      | E    |
|                |      |

### Datum

---

|     |
|-----|
| 0 h |
| 1 h |
| 2 h |
| 3 h |
| 4 h |



# C - PREVERJANJE KOREKCIJSKEGA FAKTORJA

## ZJUTRAJ

|                                       |
|---------------------------------------|
| Celotni dnevni odmerek inzulina (CDO) |
| $100/\text{CDO} = 100/ \quad =$       |
| Moj korekcijski faktor =              |
| Moja ciljna vrednost glukoze =        |
| Korekcijski bolus =                   |

## Datum

|     |
|-----|
| 0 h |
| 1 h |
| 2 h |
| 3 h |
| 4 h |

## OPOLDNE

|                                       |
|---------------------------------------|
| Celotni dnevni odmerek inzulina (CDO) |
| $100/\text{CDO} = 100/ \quad =$       |
| Moj korekcijski faktor =              |
| Moja ciljna vrednost glukoze =        |
| Korekcijski bolus =                   |

## Datum

|     |
|-----|
| 0 h |
| 1 h |
| 2 h |
| 3 h |
| 4 h |

## ZVEČER

|                                       |
|---------------------------------------|
| Celotni dnevni odmerek inzulina (CDO) |
| $100/\text{CDO} = 100/ \quad =$       |
| Moj korekcijski faktor =              |
| Moja ciljna vrednost glukoze =        |
| Korekcijski bolus =                   |

## Datum

|     |
|-----|
| 0 h |
| 1 h |
| 2 h |
| 3 h |
| 4 h |

# Težave z odstranjevanjem obližev, oblog... ?



Pripravljeno v Sloveniji: junij 2022 SI.22.STOF.40

## Pršilo za neboleče odstranjevanje lepljivih medicinskih obližev in oblog



StickOff je učinkovito pršilo za neboleče odstranjevanje vseh vrst obližev (tudi nikotinskih in hormonskih obližev), oblog in trakov. Ne vsebuje alkohola. Ne suši in ne draži kože.

**SAMODEJNO\***  
**PRILAGAJA**  
**DOVAJANJE**  
**INZULINA IN**  
**URAVNAVA RAVEN**  
**GLUKOZE VSAKIH**  
**5 MINUT, 24/7**  
**BREZ ZBADANJA**  
**V PRSTE\*\***



**Medtronic**

**MiniMed™ 780G**  
**sistem inzulinske črpalke**   
**s senzorjem Guardian™ 4**

Mislite na svoje življenje,  
ne na vrednosti glukoze.

\* Več informacij v Uporabniškem priročniku - funkcija SmartGuard™. Potrebni so nekateri ukrepi uporabnika.  
\*\* Vrednost meritve glukoze v krvi je potrebna ob vstopu v funkcijo SmartGuard™ in za odločitve glede zdravljenja, kadar opozorila in s senzorjem izmerjene vrednosti niso skladne s simptomi.

 **zaloker**  
**zaloker**





**Zaloker & Zaloker d.o.o.**

Kajuhova ulica 9, 1000 Ljubljana

Tel.: 01 542 51 11

[info@zaloker-zaloker.si](mailto:info@zaloker-zaloker.si)

[www.zaloker-zaloker.si](http://www.zaloker-zaloker.si)

[www.sladkorna.si](http://www.sladkorna.si)



**ZZ** zaloker  
zaloker