



Diabetes

# Mijn diabetes pompdagboek



*at the heart of healthcare*

# Max, jouw diabetesvriend

Max is jouw diabetesvriend bij Mediq. Dit grappige en vrolijke maatje leert je beter begrijpen wat diabetes is en helpt je om jouw diabetes zo goed mogelijk onder controle te houden. Dat heet zelfregulatie. Je houdt dan zelf, met behulp van dit dagboek jouw eigen bloedglucosewaarden in de gaten en probeert deze steeds zo stabiel mogelijk te houden.

Neem dit dagboek mee als je naar jouw kinderarts, diabetesverpleegkundige of diëtist gaat en noteer al je vragen en opmerkingen hierin. Ook de afspraken die je gemaakt hebt kun je hierin opschrijven. Zo heb je alles handig in één boekje bij elkaar.



Wil je jouw diabeteshulpmiddelen bestellen of heb je vragen over Max, bel ons dan op het telefoonnummer: **088 888 94 50**

Max is er speciaal voor jou!



Dit dagboek is van:



Naam

Adres

Postcode

Plaats

Telefoon

Mijn e-mailadres

Mijn ziekenhuis is

Telefoon

Mijn kinderarts is

Telefoon

Mijn diabetesverpleegkundige is

Telefoon

## Mijn ouders/verzorgers



Naam

Telefoonnummer/ mobiel

Naam

Telefoonnummer/ mobiel

Mijn school is

Groep

Naam van mijn juf/ meester

Andere dingen die voor mij belangrijk zijn:

## Bijzonderheden pomp

**Pomp:** Serie/ lotnummer

Wanneer ben je gestart met de pomp?

Wanneer is de reservepomp ingesteld?

Soort insuline

# Hoe gebruik je jouw pompdagboek?

Het is belangrijk om dit pompdagboek goed bij je te dragen. Hierin kun je opschrijven hoeveel insuline je spuit en wat jouw bloedglucosewaarden zijn. Zo kan de kinderarts of diabetesverpleegkundige zien hoe het met je gaat. Neem daarom altijd jouw pompdagboek mee naar het ziekenhuis.

Hieronder zie je standaardmomenten waarop je kan meten. Soms zijn er andere momenten waarop je extra zou kunnen meten, bijvoorbeeld tijdens of na het sporten of op een feestje.



**Nuchter** - als je uit je bed komt en nog niets hebt gegeten.  
**Na het ontbijt** - 90 minuten na je ontbijt.



**Voor de Lunch** - voor je lunch.  
**Na de Lunch** - 90 minuten na je lunch.



**Voor het avondeten**  
**Na het avondeten**



**Voor slapen**  
**In de nacht** - soms moet je bloedglucosewaarde 's nachts geprikt worden.

# Wat is een hypo en hyper?

Je hebt een **hypo** als je bloedglucosewaarde onder de 3,5 mmol/l is. Als de glucosewaarde hoger is dan 15 mmol/l heb je een **hyper**.

## Wat is millimol (mmol/l)?

Een mmol/l is de hoeveelheid van een bepaalde stof in je bloed. Het is een maat, in dit geval voor de hoeveelheid glucose.

## Wat is Basaal?

Het lichaam heeft doorlopend behoefte aan insuline. Om ervoor te zorgen dat jouw lichaam dit binnenkrijgt, geeft de insulinepomp, dag en nacht, een kleine hoeveelheid kortwerkende insuline af. Dit kan je van te voren instellen in de pomp. Dit is de basale insulinedosering.

## Wat is Bolus?

Soms is er extra insuline nodig als jouw bloedglucosewaarde te hoog is, bijvoorbeeld na maaltijden. Jouw insulinepomp kan dan een bolus afgeven. Dit gebeurt door middel van het indrukken van een knop op de insulinepomp.



Probeer jouw waarde zo goed mogelijk tussen de 4 en 8 mmol/l te houden. Je voelt je dan het best. Bespreek met je diabetesverpleegkundige of arts wat voor jou het beste is.

# Persoonlijk variatieschema

voor aanpassen bolussen

Glucose (mmol/l)		Aantal eenheden	
voor ontbijt		voor lunch	
IE	IE	IE	IE
IE	IE	IE	IE
IE	IE	IE	IE
IE	IE	IE	IE
IE	IE	IE	IE
IE	IE	IE	IE
IE	IE	IE	IE
IE	IE	IE	IE

## Afgesproken bijstuurschema


## Afgesproken insulineschema na het afkoppelen van de pomp

Insulinesoort:

Doseerschema:

Bloedglucose controleschema:

## Afgesproken schema voor bolussen

Datum	Ontbijt		Lunch		Avondeten		Bedtijd
	nuchter	na	voor	na	voor	na	voor



Als je pomp het niet meer doet, waarschuw dan jouw arts of diabetesverpleegkundige.

## HbA1c waarden

Mijn HbA1c is geprikt op:

Datum	<input type="text"/>	mmol/l	<input type="text"/>
Datum	<input type="text"/>	mmol/l	<input type="text"/>
Datum	<input type="text"/>	mmol/l	<input type="text"/>
Datum	<input type="text"/>	mmol/l	<input type="text"/>
Datum	<input type="text"/>	mmol/l	<input type="text"/>
Datum	<input type="text"/>	mmol/l	<input type="text"/>
Datum	<input type="text"/>	mmol/l	<input type="text"/>
Datum	<input type="text"/>	mmol/l	<input type="text"/>
Datum	<input type="text"/>	mmol/l	<input type="text"/>
Datum	<input type="text"/>	mmol/l	<input type="text"/>
Datum	<input type="text"/>	mmol/l	<input type="text"/>
Datum	<input type="text"/>	mmol/l	<input type="text"/>
Datum	<input type="text"/>	mmol/l	<input type="text"/>
Datum	<input type="text"/>	mmol/l	<input type="text"/>
Datum	<input type="text"/>	mmol/l	<input type="text"/>

Als je diabetes hebt, wordt af en toe in het ziekenhuis het HbA1c-gehalte in jouw bloed bepaald. Deze waarde is de gemiddelde bloedsuikerwaarde van de afgelopen 2 à 3 maanden.



## Mijn ziekenhuisbezoeken

Datum  Tijd

Wie bezoek ik

Datum  Tijd

Wie bezoek ik

Datum  Tijd

Wie bezoek ik

Datum  Tijd

Wie bezoek ik

Datum  Tijd

Wie bezoek ik

Datum  Tijd

Wie bezoek ik

## Bloedglucosewaarden



Ontbijt



Lunch



Avondeten



Bedtijd

Datum	nuchter	na	voor	na	voor	na	voor	nacht
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								

## Infuuslang verwisseld

Datum								
_____								

## Canule verwisseld

Datum								
_____								

## Adapter/ batterijdeksel verwisseld

Datum								
_____								

## Bolus



Ontbijt



Lunch



Avondeten



Bedtijd

Datum	nuchter	na	voor	na	voor	na	voor
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							

## Basaal

Profiel	Tijd	Tijd	Tijd	Tijd
	aantal eenheden	aantal eenheden	aantal eenheden	aantal eenheden
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				

## Bloedglucosewaarden



Ontbijt



Lunch



Avondeten



Bedtijd

Datum	nuchter	na	voor	na	voor	na	voor	nacht
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								

## Infuuslang verwisseld

Datum								
_____								

## Canule verwisseld

Datum								
_____								

## Adapter/ batterijdeksel verwisseld

Datum								
_____								

## Bolus



Ontbijt



Lunch



Avondeten



Bedtijd

Datum	nuchter	na	voor	na	voor	na	voor
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							

## Basaal

Profiel	Tijd	Tijd	Tijd	Tijd
	aantal eenheden	aantal eenheden	aantal eenheden	aantal eenheden
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				



## Bloedglucosewaarden



Ontbijt



Lunch



Avondeten



Bedtijd

Datum	nuchter	na	voor	na	voor	na	voor	nacht
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								

## Infuuslang verwisseld

Datum								
_____								

## Canule verwisseld

Datum								
_____								

## Adapter/ batterijdeksel verwisseld

Datum								
_____								

## Bolus



Ontbijt



Lunch



Avondeten



Bedtijd

Datum	nuchter	na	voor	na	voor	na	voor
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							

## Basaal

Profiel	Tijd	Tijd	Tijd	Tijd
	aantal eenheden	aantal eenheden	aantal eenheden	aantal eenheden
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				

## Bloedglucosewaarden



Ontbijt



Lunch



Avondeten



Bedtijd

Datum	nuchter	na	voor	na	voor	na	voor	nacht
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								

## Infuuslang verwisseld

Datum								
_____								

## Canule verwisseld

Datum								
_____								

## Adapter/ batterijdeksel verwisseld

Datum								
_____								

## Bolus



Ontbijt



Lunch



Avondeten



Bedtijd

Datum	nuchter	na	voor	na	voor	na	voor
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							

## Basaal

Profiel	Tijd	Tijd	Tijd	Tijd
	aantal eenheden	aantal eenheden	aantal eenheden	aantal eenheden
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				

## Bloedglucosewaarden



Ontbijt



Lunch



Avondeten



Bedtijd

Datum	nuchter	na	voor	na	voor	na	voor	nacht
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								
_____								

## Infuuslang verwisseld

Datum								
_____								

## Canule verwisseld

Datum								
_____								

## Adapter/ batterijdeksel verwisseld

Datum								
_____								

## Bolus



Ontbijt



Lunch



Avondeten



Bedtijd

Datum	nuchter	na	voor	na	voor	na	voor
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							
_____							

## Basaal

Profiel	Tijd	Tijd	Tijd	Tijd
	aantal eenheden	aantal eenheden	aantal eenheden	aantal eenheden
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				

## Mijn vragen en aantekeningen

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Dit wil ik niet vergeten:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## Aantekeningen van mijn diabetesverpleegkundige

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

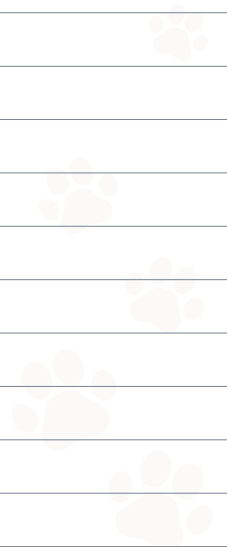
---

---

---

---

---





*at the heart of healthcare*



1202211