

Qaybta qaabilsan sonkorowga · Diabetesmottagning

Cunto iyo insulin

Mat och insulin

gacmaha dhaqo



tvätta händerna

cabbir sonkorta dhiiga



mät blodsocker

xisaabi tamarta cuntada laga helayo, u qaybi



räkna kolhydrater, dela med din siffra

qaado insulin



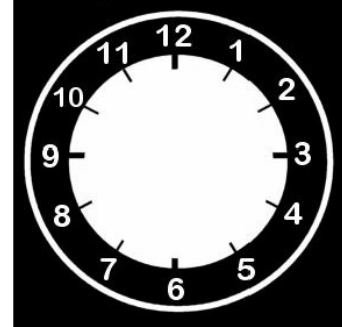
ta insulin

cunaya



ät din mat

sug 2 saacadood



vänta 2 timmar

cabbir sonkorta dhiiga



mät blodsocker

sonkorta dhiiga fiican wuxuu u dhexeeyaa:

4 - 8

mmol/l

bra blodsocker är mellan:

qaado insulin haddii loo baahdo



ta insulin om det behövs