

# MINE MÅL

Langtidsblodsukker (HbA1c)

---

TAL: .....

Blodtryk

---

TAL: .....

Kolesterol, LDL

---

TAL: .....

Vægt

---

TAL: .....

## OFFICIELLE ANBEFALINGER:

### Langtidsblodsukker (HbA1c)

---

Under 48 mmol/mol, dog under 58 mmol/mol ved tendens til hypoglykæmi eller kendt hjerte-kar-sygdom

### Blodtryk

---

Under 130/80 mmHg

### LDL-kolesterol

---

Under 2,6 mmol/l, dog under 1,8 mmol/l ved hjerte-kar-sygdom

➔ Du kan finde de nyeste anbefalinger her:

**diabetes.dk/balancekort**

Husk: Alle mål er individuelle!

### Diabetesforeningen

Stationsparken 24, st.tv., 2600 Glostrup  
Tlf. 66 12 90 06, info@diabetes.dk  
www.diabetes.dk

# MIT BALANCEKORT

TYPE 2-DIABETES

Kender du dine  
**diabetestal?**

Følg din  
diabetes med  
balancekortet

NAVN

---



**diabetes**  
foreningen



Balancekortet er støttet af Novo Nordisk

## MINE TAL

Langtidsblodsukker (HbA1c)

---

DATO: .....

TAL: .....

Blodtryk

---

DATO: .....

TAL: .....

Kolesterol, LDL

---

DATO: .....

TAL: .....

Vægt

---

DATO: .....

TAL: .....

## JEG HAR FÅET TJEKKET ... ✓

Tænder/tandkød

---

Nyrer (urinprøve)

---

Øjne

---

Fødder

---

## JEG VIL GERNE TALE OM:

- Hvordan jeg har det
- Hvordan det går:
  - med at tage medicin
  - med mit blodsukker
- Motion
- Mad

