**Nhật Ký Sức Khỏe của Tôi**

Tên Bệnh Nhân: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Cân Nặng  Amazon.com: ZOETOUCH Bluetooth Body Weight Scale BMI Smart Digital Bathroom  Scales,400 lb, Body Tape Measure and Batteries Included: Industrial &  Scientific | | | Huyết Áp | | | | | Thân Nhiệt  Adtemp™ 427 | American Diagnostic Corporation | | |
| Ngày | Giờ | Cân Nặng | | Huyết Áp | | | Thân Nhiệt | | Ghi Chú |
| SYS | DIA | Pulse |
| Ví Dụ  16/10/2020 | 9:25 sáng | 140,0 | | 118 | 78 | 70 | 98,6 | | Ghi chú về cảm giác, hoạt động của quý vị, v.v. |
|  |  |  | |  |  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |  |  |  | |  |

**Nhật ký đường huyết (A1c) của tôi:**

Tên Bệnh Nhân: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **A1c khởi điểm của tôi** | Mức A1c: | Ngày: |
| **Mục tiêu A1c của tôi là:** |  | |



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Số Xét Nghiệm** | **Ngày** | **Giờ** | **Số Đo** |
| Số 1 | **\_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_\_** |  |  |
| Số 2 | **\_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_\_** |  |  |
| Số 3 | **\_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_\_** |  |  |
| Số 4 | **\_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_\_** |  |  |