

# Sau khi về nhà: Sổ theo dõi đường huyết, thức ăn và insulin

Tên, họ: \_\_\_\_\_

Ngày: \_\_\_\_\_

Vui lòng kiểm tra mức đường huyết trước mỗi bữa ăn, vào giờ đi ngủ và trong khoảng từ 1 đến 3 giờ sáng

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Thời gian  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Đường huyết  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Các thức ăn đã chọn và số lượng cacbohydrat tính bằng gram |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Insulin tác dụng nhanh Liều lượng                          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Insulin tác dụng kéo dài Liều lượng                        |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Các nhận xét   |  |  |  |  |  |  |  |  |

## Đề báo cáo các số đo đường huyết và đề thay đổi liều insulin:

- Gửi tin nhắn qua MyChart với dòng tiêu đề là "BG Review"
- Điện thoại: 206-987-2640 (bấm lựa chọn về đường huyết)

## Dịch vụ thông dịch miễn phí

- Nếu ở bệnh viện, hãy hỏi y tá của quý vị.
- Nếu ở bên ngoài bệnh viện, hãy gọi Đường dây Thông dịch dành cho Gia đình miễn phí theo số 1-866-583-1527. Cho thông dịch viên biết tên hay số máy lẻ của người quý vị cần gặp.



**Seattle Children's**  
HOSPITAL • RESEARCH • FOUNDATION

Bệnh viện Nhi đồng Seattle cung cấp dịch vụ thông dịch miễn phí cho các bệnh nhân, thành viên gia đình và đại diện hợp pháp là người điếc, khiếm thính hay nói ngôn ngữ khác ngoài tiếng Anh. Bệnh viện Nhi đồng Seattle sẵn sàng cung cấp thông tin này bằng các hình thức khác theo yêu cầu. Hãy gọi Trung tâm Trợ giúp Gia đình (Family Resource Center) theo số 206-987-2201. Bản tin này đã được nhân viên phòng mạch tại Bệnh viện Nhi đồng Seattle kiểm tra lại. Tuy nhiên, bạn có những nhu cầu riêng biệt. Trước khi bạn làm theo hoặc dựa vào thông tin này, vui lòng thảo luận với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của bạn.

© 2025 Bệnh viện Nhi đồng Seattle, Seattle, Washington. Bảo lưu mọi quyền.

Hướng dẫn dành cho Bệnh nhân và Gia đình | Khoa Nội tiết

1/25  
PE3113V



# Going Home: Blood Glucose Food and Insulin Log

Name: \_\_\_\_\_

Date: \_\_\_\_\_

Please check blood glucose before meals, at bedtime, and between 1 - 3 AM

|                                      |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Time                                 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Blood glucose                        |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Food choices and carb count in grams |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Rapid acting Insulin Dose            |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Long acting Insulin Dose             |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Comments                             |  |  |  |  |  |  |  |  |

## To report blood glucose numbers and for insulin dose changes:

- Send a MyChart message with "BG Review" as the subject line
- Phone: 206-987-2640 (select blood glucose option)

## Free Interpreter Services

- In the hospital, ask your nurse.
- From outside the hospital, call the toll-free Family Interpreting Line, 1-866-583-1527. Tell the interpreter the name or extension you need.



**Seattle Children's**  
HOSPITAL • RESEARCH • FOUNDATION

Seattle Children's offers free interpreter services for patients, family members and legal representatives who are deaf or hard of hearing or speak a language other than English. Seattle Children's will make this information available in alternate formats upon request. Call the Family Resource Center at 206-987-2201. This handout has been reviewed by clinical staff at Seattle Children's. However, your needs are unique. Before you act or rely upon this information, please talk with your healthcare provider.

© 2025 Seattle Children's, Seattle, Washington. All rights reserved.

**Patient and Family Education | Endocrinology**

1/25  
PE3113

1 of 1