

Vos objectifs de l'année*

HbA1c :

Tension artérielle :

Cholestérol :

HDL :

LDL :

Triglycérides :

Créatininémie :

Microalbuminurie :

ou

Macroprotéinurie* :

AllôDiabète®
01 40 09 68 09



www.afd.asso.fr

www.sante.gouv.fr

www.ancred.org

www.maison-diabete.info



***Votre
Diabète
Et vous***

À

Chaque visite médicale,
rappelez que vous êtes
diabétique

Bougez

Ayez une activité physique
régulièrement

Cessez

De fumer

Diminuez

Les aliments sucrés et les
graisses

Éduquez-vous

Pour apprendre à surveiller
votre diabète

Vous faites vérifier*

À chaque consultation

- votre poids
- votre tension artérielle
- le suivi de votre carnet
de surveillance

Au moins tous les 3 mois

- votre glycémie à jeun*
- votre HbA1c

Au moins 1 fois par an

- votre fond de l'oeil
- vos pieds (grades)
- votre bilan lipidique
- vos reins
- votre coeur
- vos dents

***À déterminer avec
votre médecin**