

# Дневник самоконтроля Февраль 2019

| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ |
|------------------|-------|---------|----|
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
| Длинный<br>22:00 |       |         |    |
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ |
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
| Длинный<br>22:00 |       |         |    |

| Февраль - 1      |       |         | Пятница     |
|------------------|-------|---------|-------------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ          |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
| Длинный<br>22:00 |       |         |             |
| Февраль - 3      |       |         | Воскресенье |
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ          |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
| Длинный<br>22:00 |       |         |             |

| Февраль - 2      |       |         | Суббота |
|------------------|-------|---------|---------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ      |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
| Длинный<br>22:00 |       |         |         |

| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ |
|------------------|-------|---------|----|
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
| Длинный<br>22:00 |       |         |    |

| Февраль - 4      |       |         | Понедельник |
|------------------|-------|---------|-------------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ          |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
| Длинный<br>22:00 |       |         |             |

| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ |
|------------------|-------|---------|----|
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
|                  |       |         |    |
| Длинный<br>22:00 |       |         |    |

| Февраль - 28     |       |         | Четверг |
|------------------|-------|---------|---------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ      |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
| Длинный<br>22:00 |       |         |         |

| Февраль - 5      |       |         | Вторник |
|------------------|-------|---------|---------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ      |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
| Длинный<br>22:00 |       |         |         |

| Февраль - 26     |       |         | Вторник |
|------------------|-------|---------|---------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ      |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
| Длинный<br>22:00 |       |         |         |

| Февраль - 7      |       |         | Четверг |
|------------------|-------|---------|---------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ      |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
| Длинный<br>22:00 |       |         |         |

| Февраль - 24     |       |         | Воскресенье |
|------------------|-------|---------|-------------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ          |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
| Длинный<br>22:00 |       |         |             |

| Февраль - 9      |       |         | Суббота |
|------------------|-------|---------|---------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ      |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
| Длинный<br>22:00 |       |         |         |

| Февраль - 6      |       |         | Среда |
|------------------|-------|---------|-------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ    |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
| Длинный<br>22:00 |       |         |       |

| Февраль - 27     |       |         | Среда |
|------------------|-------|---------|-------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ    |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
| Длинный<br>22:00 |       |         |       |

| Февраль - 8      |       |         | Пятница |
|------------------|-------|---------|---------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ      |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
| Длинный<br>22:00 |       |         |         |

| Февраль - 25     |       |         | Понедельник |
|------------------|-------|---------|-------------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ          |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
| Длинный<br>22:00 |       |         |             |

| Февраль - 10     |       |         | Воскресенье |
|------------------|-------|---------|-------------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ          |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
| Длинный<br>22:00 |       |         |             |

| Февраль - 23     |       |         | Суббота |
|------------------|-------|---------|---------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ      |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
| Длинный<br>22:00 |       |         |         |

| Февраль - 22     |       |         | Пятница |
|------------------|-------|---------|---------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ      |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
| Длинный<br>22:00 |       |         |         |

| Февраль - 11     |       |         | Понедельник |
|------------------|-------|---------|-------------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ          |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
| Длинный<br>22:00 |       |         |             |

| Февраль - 20     |       |         | Среда |
|------------------|-------|---------|-------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ    |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
| Длинный<br>22:00 |       |         |       |

| Февраль - 13     |       |         | Среда |
|------------------|-------|---------|-------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ    |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
|                  |       |         |       |
| Длинный<br>22:00 |       |         |       |

| Февраль - 18     |       |         | Понедельник |
|------------------|-------|---------|-------------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ          |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
| Длинный<br>22:00 |       |         |             |

| Февраль - 15     |       |         | Пятница |
|------------------|-------|---------|---------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ      |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
| Длинный<br>22:00 |       |         |         |

| Февраль - 12     |       |         | Вторник |
|------------------|-------|---------|---------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ      |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
| Длинный<br>22:00 |       |         |         |

| Февраль - 21     |       |         | Четверг |
|------------------|-------|---------|---------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ      |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
| Длинный<br>22:00 |       |         |         |

| Февраль - 14     |       |         | Четверг |
|------------------|-------|---------|---------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ      |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
| Длинный<br>22:00 |       |         |         |

| Февраль - 19     |       |         | Вторник |
|------------------|-------|---------|---------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ      |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
| Длинный<br>22:00 |       |         |         |

| Февраль - 16     |       |         | Суббота |
|------------------|-------|---------|---------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ      |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
|                  |       |         |         |
| Длинный<br>22:00 |       |         |         |

| Февраль - 17     |       |         | Воскресенье |
|------------------|-------|---------|-------------|
| Время            | Сахар | Инсулин | ХЕ          |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
|                  |       |         |             |
| Длинный<br>22:00 |       |         |             |