



KARBONHİDRAT SAYIMI EĞİTİMİ

3. BASAMAK KONTROL LİSTESİ

FR-HYE-04-719-09

| Sağlıklı beslenme diyabet tedavisinde ilk adımdır. | Sağlıklı beslenme için ne yapacaksınız? | Sağlıklı beslenme için yapılabilecek değişiklikler ! |
|---|---|---|
| <p> Seçtiğiniz besinlere göre kan şekerinizde değişiklikler olabilir.</p> <p> Özel diyabetik ürünlere ve size özel yemeklere ihtiyacınız yoktur.</p> <p> Aileniz için pişirilen her besin sizin için de uygundur .</p> |  | <p>° Her gün aynı saatlerde ana ve ara öğünlerinizi yemeye çalışın.</p> <p>☐ Her gün, aynı gruptaki besinleri aynı miktarlarda tüketin.</p> <p>☐ Öğün atlamayın.</p> <p>☐ Kilo vermeniz gerekiyorsa porsiyonlarınızı azaltın.</p> |
|  | <p>↻ Her gün her çeşit besini yemelisiniz.</p> <p>↻ Sebze, meyve, tahıl ve kurubaklagil gibi posalı besinleri tüketmeye özen gösterin.</p> <p>↻ Yağ, şeker ve tuzu mümkün</p> |  |

Hastanın Adı Soyadı :

Protokol No :

Tarih :

DIYET UZMANI :

Hazırlayan AD/BD/Birim : Beslenme ve Diyet Birimi

İlk yayın tarihi : 01.05.2007

Rev No : 00

Rev Tarihi :

Sayfa 1 / 1