



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 :

Tarih :

Protokol No :

DIYET UZMANI :

Hazırlayan AD/BD/Birim : Beslenme ve Diyet Birimi

İlk yayın tarihi : 01.05.2007

Rev No : 00

Rev Tarihi :

Sayfa 1 / 1