



Semaine du : _____

| | Matin | | | Midi | | | Soirée | | | | Événements exceptionnels (hypoglycémies sévères avec leurs causes, si vous les retrouvez / repas inhabituel / activités physique / maladies) | Mon poids |
|----------|-----------------------|----------------------------------|---|----------------------------------|----------------------------|----------------------------------|-------------------------------|-------------------------|-------------------------------|------------------------|---|-----------|
| | Glycémie au réveil | Insuline du petit déjeuner | Glycémie après le petit déjeuner | Glycémie avant le déjeuner | Insuline du déjeuner | Glycémie après le déjeuner | Glycémie avant le dîner | Insuline du dîner | Glycémie après le dîner | Insuline au coucher | | |
| LUNDI | | | | | | | | | | | | |
| MARDI | | | | | | | | | | | | |
| MERCREDI | | | | | | | | | | | | |
| JEUDI | | | | | | | | | | | | |
| VENREDI | | | | | | | | | | | | |
| SAMEDI | | | | | | | | | | | | |
| DIMANCHE | | | | | | | | | | | | |
| MOYENNE | | | | | | | | | | | | |

Il est important de noter non seulement les glycémies, mais aussi les doses d'insuline, celles faites avant le repas et celle du coucher, et s'il y a lieu l'insuline faite avant le goûter.

Si vous faites en même temps l'insuline lente et la rapide, prenez l'habitude de mettre toujours la rapide en premier puis la lente, par exemple 4/12 voudra dire que vous faites 4 de rapide et 12 de lente.