

Hedef sözleşmesi
Tip 2 şeker hastalığı kontrol programı



Sağlık sigorta numarası: _____

Adı: _____ Soyadı: _____

,Aktif tedavi-Kontrol altında şeker' çerçevesinde doktor ile beraber yapılan hedef sözleşmesi:

HbA1c-değerini düşürmek

Aktüel: HbA1c: __, __ Hedeflenen HbA1c: __, __ % _____ tarihine kadar

Tansiyon değerini düşürmek

Aktüel: __ / __ mm/Hg Hedeflenen tansiyon: __ / __ mmHg _____ tarihine kadar

Sigarayı azaltmak

Aktüel: __ sigara/günde Hedeflenen sigara: __/günde _____ tarihine kadar

Bedensel hareketi arttırmak

Aşağıdaki bedensel faaliyetler hedeflendi

Faaliyet 1: _____ Süre: ___ dakika

Sıklık: Haftada __ defa

Faaliyet 2: _____ Süre: __ dakika

Sıklık: Haftada __ defa

Kilo vermek

Aktüel kilo: __ kg Hedeflenen kilo: __ kg _____ tarihine kadar

Beslenme değişikliği

Beslenme konusunda aşağıdaki değişiklikler hedeflendi

Süreç kontrolü

Tarih								
HbA1c%.							
Tansiyon	__ / __							
Sigara	__ tane							
Faaliyet1	...dk/...kez							
Faaliyet2	...dk/...kez							
Kilokg							

Tarih, İmza (hasta)

Tarih, İmza (doktor)