

AŞILAMA ÖYKÜSÜ

Aşılama Öyküsü	Var	☐
	Yok	☐
Aşılar	Pnömonokok	☐
	Mevsimsel Grip Aşısı	☐
	Risk Gruplarında Hepatit B	☐
	Bilmiyor	☐

**YAPILMAYAN AŞI VARSA
HEKİME YÖNLENDİRİNİZ.**

DİYABETLİ BİREYLERE İZLEM

Son 3 Ay içinde HbA1c	Bakıldı	☐
	Bakılmadı	☐
Son 1 Yıl içinde Göz Muayenesi	Yapıldı	☐
	Yapılmadı	☐
Son 1 Yıl içinde Böbrek Muayenesi	Yapıldı	☐
	Yapılmadı	☐
Son 1 Yıl içinde Sinir Muayenesi	Yapıldı	☐
	Yapılmadı	☐
Son 1 Yıl içinde Beslenme Danışmanlığı	Yapıldı	☐
	Yapılmadı	☐

**GEREKLİ İZLEMLERDEN
YAPILMAYAN VARSA
HEKİME YÖNLENDİRİNİZ.**



**SAĞLIK ÇALIŞANLARI İÇİN
DİYABETLİ BİREY
KONTROL LİSTESİ**

1

BEDEN KİTLE ENDEKSİ

ADI SOYADI :
BOY UZUNLUĞU (m) :
VÜCUT AĞIRLIĞI (kg):
BKİ (kg/m²) :

$$BKİ: \frac{\text{Ağırlık (kg)}}{\text{Boy (m)} \times \text{Boy (m)}}$$

Zayıf	< 18.50
Normal	18.50 24.99
Fazla Kilolu	25.00 29.99
Şişman	30.00 39.99
Çok Şişman	≥ 40.00

BEL ÇEVRESİ

BEL ÇEVRESİ (cm) :

Erkek için **102** cm ve üzeri, kadın için **88** cm ve üzeri kalp damar hastalıkları açısından yüksek riskli kabul edilmektedir.

	ERKEK	KADIN
NORMAL	< 94	< 80
RİSKLİ	94 - 101,9	80 - 87,9
YÜKSEK RİSKLİ	≥102	≥88

**BİREYİN BOY UZUNLUĞU,
VÜCUT AĞIRLIĞI VE BEL ÇEVRESİ
BİLGİLERİNİ KAYIT SİSTEMLERİNE
GİRMİYİ UNUTMAYINIZ!**

BESLENME ALIŞKANLIKLARI

BESLENME ALIŞKANLIKLARINI SORGULAYINIZ.	EVET	HAYIR
1) Diyabet Tanısı Aldıktan Sonra Beslenme Tedavisi Almak İçin Bir Diyetisyenle Görüştünüz mü?	☐	☐
2) Hangi Besinlerde Karbonhidrat Bulunduğunu Biliyor musunuz?	☐	☐
3) Hergün Düzenli Olarak Sabah Kahvaltısı, Öğle Yemeği ve Akşam Yemeği Yiyor musunuz?	☐	☐
4) Öğünler Arasında Ara Öğün Yapıyor musunuz?	☐	☐
5) Her Gün Öğle ve Akşam Yemeğinde Düzenli Olarak Pişmiş Sebze ve Salata Yiyor musunuz?	☐	☐
6) Besinlerin Tokluk Kan Şekeri Üzerine Etkisini Biliyor musunuz?	☐	☐
7) Diyabetik veya Light Ürünler Sağlıklı mıdır?	☐	☐
8) Çeşitli Bitkiler veya Baharatlar Kan Şekerini Düşürür mü?	☐	☐

**YUKARIDAKİ SORULARA
YANLIŞ / EKSİK CEVAP VERİLDİ
İSE DİYETİSYENE
YÖNLENDİRİNİZ VE BESLENME
ÖNERİLERİ BROŞÜRÜNÜ VERİNİZ.**