

Lapha Diabetes digihoitopolku Omapolku mobiilisovelluksessa

Hei

Tervetuloa Omapolulle.



Lapha Diabetes



Omavointikysely

Toistuva kysely

Siirry polulle



Koti



Kalenteri



Päiväkirja



Viestit



Lisää

Koti

Lapha Diabetes





Hoitopolku

SeurantaUsein kysytty

Kaikki

KyselytTallennetut

Tervetuloa tyypin 2 diabetesta sairastavan digihoitopolulle!

Tietoa tyypin 2 diabeteksestä

Tyypin 2 diabeteksen hoito ja hoidon tavoitteet

Henkilökohtainen sisältösi

Tyypin 2 diabetesta hoidetaan ja ehkäistään syömällä terveellisesti



Koti



Kalenteri



Päiväkirja



Viestit



Lisää

Hoitopolku





Arvioi syömistottumuksiasi

Täytä kysely ja pohdi miten muutat syömistottumuksiasi.

Sydänliiton OTA -ravinto kyselyn avulla voit arvioida ravitsemustottumuksiasi, ja tehdä suunnitelman itsellesi tarpeellisista muutoksista ruokavaliossasi.

Jos tarvitset ohjausta ravitsemuksen suunnitteluun, keskustele aiheesta hoitajan seurantakäynnillä, tai ota yhteyttä digihoitopolun viestillä ammattilaiseen.

Diabeteshoitaja/sairaanhoitaja voi myös pyytää sinua täyttämään kyselyn ennen vastaanottokäyntiä tai digiaikaa.



Koti



Kalenteri



Päiväkirja



Viestit



Lisää

Hoitopolku





Tyypin 2 diabeteksen hoito ja hoidon tavoitteet

Tyypin 2 diabeteksen hyvä hoito lisää hyvinvointia.



Verensokerin alentaminen mahdollisimman lähelle normaalia parantaa vointia ja ehkäisee lisäkomplikaatioita.



Koti



Kalenteri



Päiväkirja



Viestit



Lisää

Hoitopolku





Omavointikysely

Täytä kysely ennen seuranta-käyntiä.

Diabeteksen hoidossa itsehoito ja hoidon arviointi ovat tärkeässä roolissa hoitosi suunnittelussa ja toteutuksessa. Itsehoidolla voit merkittävästi vaikuttaa omaan hyvinvointiisi.

Vastaa kyselyyn tämänhetkisen vointisi mukaan. Seurantatapaamisella vastaanottokäynnillä tai digiajalla diabeteshoitaja/sairaanhoitaja tarkastelee vointiasi, mahdollista tuen tarvetäsi ja hoitosuunnitelmaasi.

Vastaa kyselyyn



Koti



Kalenteri



Päiväkirja



Viestit



Lisää

LAPHA verensokeris...

Merkintä on lisätty 29.1.2025 kello 11:53

Valitse ateria

Lounas

Verensokeriarvo ennen aterialla

4,2

Verensokeriarvo aterian jälkeen

7,0

Muuta huomioitavaa

Söin vain vähän