

如何檢查血糖

檢查血糖時 ...

開始



用肥皂與水洗淨雙手。



手指一定要擦乾。



雙手是否冰冷?



不會



在手指側邊刺一下
(不像指尖那麼柔軟)。
可以用任何一根手指。



擠出一滴血。

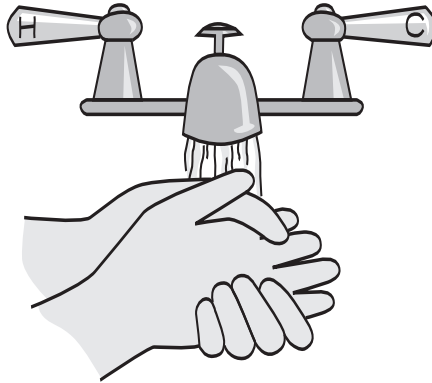


依照量錶指示。



在紀錄單上寫下你的血糖值。

太好了!!
你會做了!



會



雙手用溫熱的自來水沖並且搓揉手指，
或雙手下垂做甩手動作。

