

КОГДА РЕКОМЕНДУЕТСЯ ИЗМЕРЯТЬ ГЛЮКОЗУ ПО НМГ?



- В ситуациях повышенного риска высокого или низкого уровня глюкозы (например, во время стресса или болезни)
- До, во время и после физической активности
- С вертикально направленными вверх или вниз стрелками тенденции

- После утреннего **пробуждения**
- Перед каждым **приемом пищи**
- Перед **сном**
- Когда **нет уверенности в содержании углеводов в еде** (например, экзотические фрукты) или **гликемическом индексе** (например, продукты, богатые жирами) еды

