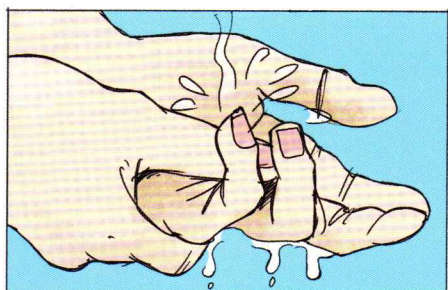
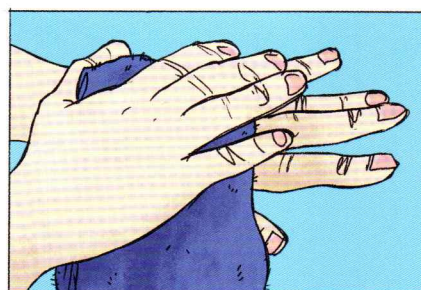


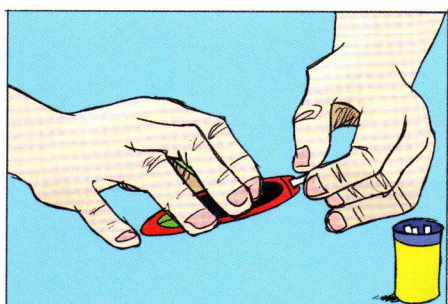
# NÄIN MITTAAT VERENSOKERIN



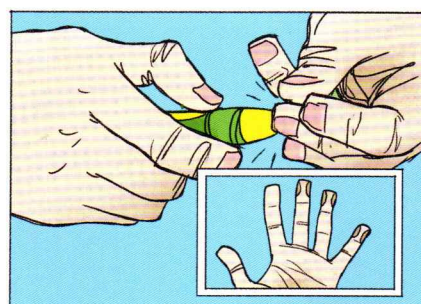
1) Pese kädet.



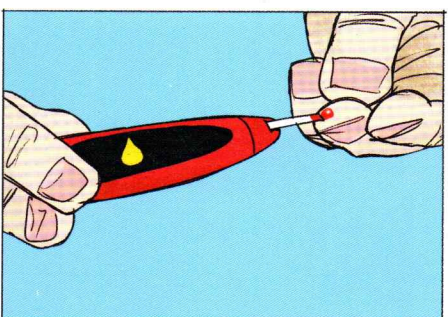
2) Kuivaa hyvin.



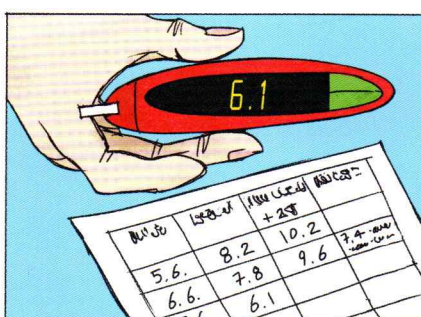
3) Aseta verensokeriliuska mittariin.



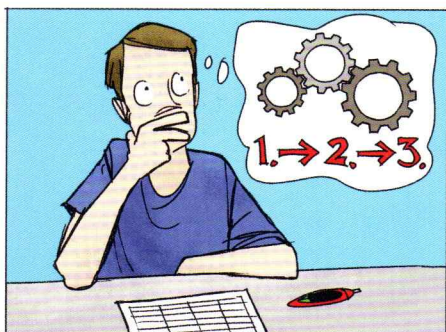
4) Paina pistolaitteella reikä sormeen. Pyyhi ensimmäinen veripisara pois.



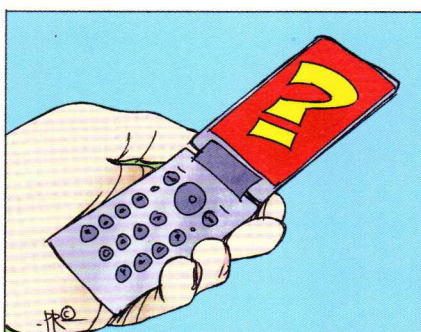
5) Kun veripisaran kuva vilkkuu mittarissa, laita verta liuskaan.



6) Merkitse tulos omaseurantavihkoon.



7) Mieti, mitä tulos tarkoittaa.



8) Ota tarvittaessa yhteys diabeteshoitajaan. Häneltä saat tukea ja ohjeita diabeteksen hoitoon.