

Comment faire ma glycémie ?



Le matériel nécessaire :

- Carnet de glycémie
- Lecteur de glycémie
- Auto piqueur
- Barillet
- Bandelettes



Se laver les mains à l'eau et au savon et non pas avec du gel hydroalcoolique



Insérer un bandelette



Charger un barillet dans l'autopiqueur.

**Le barillet contient 6 aiguilles :
1 aiguille = 1 glycémie**



Piquer sur le côté du bout d'1 des 3 derniers doigts de la main





Changer l'aiguille du barillet. Tourner vers la droite le taquet blanc puis le remettre à gauche : le chiffre change (il représente le nombre d'aiguilles propres restantes)



Appliquer la goutte de sang sur le bout de la bandelette et attendre le résultat



Eliminer les barillets et bandelettes usagées dans le bac collecteur jaune. Noter le résultat de votre glycémie et l'heure sur un carnet.