

Leefstijlanamnese

Naam:

Werkdag: ja/nee

Datum

	Meting			Meting			Meting			Meting				
	Nuchter	1,5- 2 uur na ontbijt		voor de lunch	1,5-2 uur na lunch		voor het diner	1,5-2 uur na diner		voor het slapen				
Meting														
Voeding	Ontbijt:		Tussendoor:	Lunch:		Tussendoor:	Diner:		Tussendoor:					
Beweging	Voor/na maaltijd:* Doorhalen wat niet van toepassing is			Voor/na maaltijd:*			Voor/na maaltijd:*							
Slaap	Van: Tot:						Diabetesmedicatie							
	Kwaliteit: goed/slecht, als slecht:waardoor?						Tijdstip: Medicatie:							
Stress	Cijfer: 0-10, 0=geen stress, 10=heel veel stress						Tijdstip: Medicatie:							
	Stress						Tijdstip: Medicatie:							