



MY DIABETES STOPLIGHT TOOL

DATE

PATIENT'S NAME

PROVIDER

NEXT VISIT

GREEN ZONE

I AM MANAGING MY DIABETES WELL.



Green Zone: Great Control

- HbA1c is under 7.
- Average blood sugars goal = under 150.
- Most fasting blood sugars = under 150.

Green Zone Means:

- Your blood sugars are under control.
- Continue taking your medications as ordered.
- Continue routine blood glucose monitoring.
- Follow healthy eating habits.
- Keep all doctor visits.

Your goal HbA1c is:

YELLOW ZONE

I NEED TO BE CAREFUL, I COULD BE AT RISK.



Yellow Zone: Caution

- HbA1c between 7 to 9.
- Average blood sugar between 150 to 210.
- Most fasting blood glucose under 200.

Yellow Zone Means:

- Your blood sugar may show that you need to change your medications.
- Improve your eating habits.
- Increase your activity level.



CAUTION

Call your doctor if changes in your activity level or eating habits don't decrease your fasting blood sugar levels.

Name: _____

Number: _____

RED ZONE

I NEED IMMEDIATE HELP. CALL YOUR DOCTOR IF YOU ARE GOING INTO THE RED ZONE!

Red Zone: Stop And Think

- HbA1c greater than 9.
- Average blood sugars are more than 210.
- Most fasting blood sugars are well more than 200.

Call your doctor.

Name: _____

Number: _____

RED ZONE MEANS: You need to be seen by a doctor.

If you have blood glucose more than _____, follow these instructions _____

QUESTIONS? 24/7 Texas Children's Health Plan Nurse Help Line: 1-800-686-3831





MI HERRAMIENTA SEMÁFORO PARA LA DIABETES

FECHA

NOMBRE DEL PACIENTE

NOMBRE DEL MÉDICO

PRÓXIMA CONSULTA

ZONA VERDE

TENGO MUY BUEN CONTROL DE MI DIABETES.



Zona verde: Muy buen control

- El nivel de HbA1c es inferior a 7.
- Nivel promedio de azúcar en sangre deseado = inferior a 150.
- Mayoría de niveles de azúcar en sangre en ayunas = inferiores a 150.

La zona verde significa:

- Tus niveles de azúcar en sangre están bajo control
- Continúa tomando tus medicamentos según las indicaciones
- Continúa realizando los controles de rutina de glucosa en sangre.
- Sigue hábitos alimenticios saludables.
- Asiste a todas las visitas al médico.

Su nivel ideal de HbA1c es:

ZONA AMARILLA

NECESITO TENER CUIDADO, PUEDO ESTAR EN RIESGO.



Zona amarilla: Atención

- El nivel de HbA1c está entre 7 y 9.
- El nivel promedio de azúcar en sangre está entre 150 y 210.
- La mayoría de los niveles de azúcar en sangre en ayunas son inferiores a 200.

La zona amarilla significa:

- Es posible que con tu nivel de azúcar en sangre actual necesites cambiar tus medicamentos.
- Mejora tus hábitos alimenticios.
- Aumenta tu nivel de actividad.



Atención

Llama a tu médico si los cambios en tu nivel de actividad o en tus hábitos alimenticios no disminuyen tus niveles de azúcar en sangre en ayunas.

Nombre: _____

Número: _____

ZONA ROJA

NECESITO AYUDA INMEDIATA. ¡LLAMA A TÚ MÉDICO SI ESTÁS EN LA ZONA ROJA!

Zona roja: Deténte y piensa

- El nivel de HbA1c es superior a 9.
- El nivel promedio de azúcar en sangre es superior a 210.
- La mayoría de los niveles de azúcar en sangre en ayunas son muy superiores a 200.

Llama a tu médico.

Nombre: _____

Número: _____

LA ZONA ROJA SIGNIFICA:

Necesitas ver a un médico. Si tu nivel de glucosa en sangre es superior a _____, sigue estas instrucciones _____

¿TIENE PREGUNTAS? Línea de Asistencia de Enfermería de Texas Children's Health Plan: las 24 horas, los 7 días de la semana, 1-800-686-3831