

PROTOCOL FOR PROGRESS

It is important that we create a Protocol for Progress with your healthcare practitioner. We like to use this form to chart your entire year of both goal numbers and actual numbers when we're using these markers to measure health. Please take this with you for each doctor visit.

Talk to your practitioner or independently come up with an ideal range for each of these selected categories. Also, make sure you identify or define any other markers that you and your healthcare provider would like to measure to determine the progress of your health.

	JAN	FEB	MAR	APRIL	MAY	JUNE	JULY	AUG	SEPT	OCT	NOV	DEC
	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL
CHOLESTEROL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL
	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL
HGB A1C	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL
	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL
FASTING BLOOD SUGAR	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL
	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL
WEIGHT AVERAGE	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL
	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL
OTHER	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL	IDEAL
	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL	ACTUAL