

Österreichische Diabetikervereinigung
Bundesservicezentrale
A 5020 Salzburg, Moosstr. 18
Tel.: 0662-82 77 22, Fax: 0662-82 92 22
[E-Mail: oadv.office@aon.at](mailto:oadv.office@aon.at)
[Internet: www.diabetes.or.at](http://www.diabetes.or.at)
UID-Nr. ATU 59631438
ZVR-Nr. 237137068



FASTENTAG

Name: _____

Für die Beurteilung der Basalrate ist nicht die Höhe des Blutzuckers von vorangiger Bedeutung, sondern der Trend des Blutzuckerverlaufes. Dieser muss konstant, und nicht steigend oder fallend sein.

Für die Fastentage sind folgende Punkte maßgebend. Körperliches Wohlergehen, Ein Tag vor dem Test: Keinen Alkohol, kein übermäßiger Sport, normal essen. Keine Hypo innerhalb der letzten 6-8 Stunden. Der Blutzucker (BZ) darf nicht über 180 sein. Keine Boli innerhalb der letzten 3-4 Stunden bei Analoga, 5-6 Stunden bei Normalinsulin.

Durchführung: Der Fastentag muss abgebrochen werden, wenn der BZ kleiner als 60 oder größer als 250 ist. Eine korrekte Basalrate ergibt sich wenn der BZ kaum Schwankungen +/- 30 % zeigt. Eine nicht korrekte Basalrate wird durch fallenden oder steigenden BZ angezeigt.

Die Dosisanpassung der Basalrate darf nur in kleinen Schritten 0,1 - 0,2 Insulin-einheiten erfolgen. Die Anpassung erfolgt bei Normalinsulin 2 Stunden vorher, bei Analoga 0 - 1 Stunde. Die neue Basalrate soll vor der nächsten Änderung etwas länger beibehalten werden, damit sich der Körper daran gewöhnen kann.

Wiederholung der Fastentage empfiehlt sich bei Schwangerschaft, Medikamenten, unerklärlichen BZ-Schwankungen, starker Gewichtsveränderung, Kontrolle.

Zwischen den einzelnen Fastentagen soll mindestens ein Tag Pause gemacht werden.

Die Messungen sollen alle 1 bis 1,5 Stunden erfolgen. Die Messungen sollen bis zum nächsten Essen durchgeführt werden. Die Tabellen können individuell angepasst werden.

Österreichische Diabetikervereinigung

Bundesservicezentrale

A 5020 Salzburg, Moosstr. 18

Tel.: 0662-82 77 22, Fax: 0662-82 92 22

E-Mail: oedv.office@aon.at

Internet: www.diabetes.or.at

UID-Nr. ATU 59631438

ZVR-Nr. 237137068



FASTENTAG

Name: _____

Fastentag 1

Bitte am _____ bis zum Mittag nicht essen und zu folgenden Zeiten den Blutzucker kontrollieren:

Zeit	Blutzucker	Bemerkung
6:00		
7:00		
8:00		
9:00		
10:00		
11:00		
12:00		

Am vorhergehenden Tag sollte 3 Stunden nach dem Essen ein Schlußwert von minimal 75 mg/dl und maximal 140 mg/dl erreicht werden. Sonst hat die Basalratenerkennung keinen Sinn.

Fastentag 2

Bitte am _____ von 9 bis 18 Uhr nicht essen und zu folgenden Zeiten den Blutzucker kontrollieren:

Zeit	Blutzucker	Bemerkung
10:00		
11:00		
12:00		
13:00		
14:00		
15:00		
16:00		
17:00		
18:00		
19:00		
20:00		

Erstes Frühstück (6 bis 8 Uhr 30) unbedingt essen und dann erst Abendbrot

(ab 18 Uhr).

Österreichische Diabetikervereinigung

Bundesservicezentrale

A 5020 Salzburg, Moosstr. 18

Tel.: 0662-82 77 22, Fax: 0662-82 92 22

E-Mail: oedv.office@aon.at

Internet: www.diabetes.or.at

UID-Nr. ATU 59631438

ZVR-Nr. 237137068



FASTENTAG

Name: _____

Fastentag 3

Bitte am _____ von 14 Uhr bis nächsten Tag 8 Uhr nichts essen und zu folgenden Zeiten den Blutzucker kontrollieren:

Zeit	Blutzucker	Bemerkung
16:00		
17:00		
18:00		
19:00		
20:00		
21:00		
22:00		
23:00		
0:00		
1:30		
3:00		
4:30		
6:00		
7:00		
8:00		