

FASTENTAG

Name: _____

Für die Beurteilung der Basalrate ist nicht die Höhe des Blutzuckers von vorrangiger Bedeutung, sondern der Trend des Blutzuckerlaufes. Dieser muss konstant, und nicht steigend oder fallend sein. **Zwischen den einzelnen Fastentagen soll mindestens ein Tag Pause gemacht werden.**

Fastentag 1

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

Zeit	Blutzucker	Bemerkung
6:00		
8:00		
10:00		
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 20 Uhr nicht essen und zu folgenden Zeiten Blutzucker kontrollieren:

Zeit	Blutzucker	Bemerkung
10:00		
12:00		
14:00		
16:00		
18:00		
20:00		

Erstes Frühstück (6 bis 8 Uhr 30) unbedingt essen und dann erst Abendbrot (ab 20 Uhr).

Fastentag 3

WDP von 12 Uhr bis nächsten Tag 8 Uhr nichts essen n o gen en eiten en
t c er ontro ieren

Zeit	Blutzucker	Bemerkung
14:00		
16:00		
18:00		
20:00		
22:00		
0:00		
2:00		
4:00		
6:00		