



Tag für Tag

Ihr persönliches  
Tagebuch

# Behandlung

„Schnellwirkendes“ Insulin

Normalinsulin

Basal-/Verzögerungsinsulin

Mischinsulin

Einheiten zur Mahlzeit

morgens     mittags     abends

Zwischenmahlzeit

BE-Faktor

morgens     mittags     abends

Zwischenmahlzeit

Basalbedarf Tag

Basalbedarf Nacht

Weitere Medikamente

Einnahme wann?	Welches Medikament?	Welche Dosierung?

# Blutzucker-Zielbereiche

Besprechen Sie gemeinsam mit Ihrem/r Arzt/Ärztin oder Diabetesberater/in Ihre Blutzucker-Zielbereiche und die Häufigkeit Ihrer Selbstkontrollen abhängig von Ihrer Behandlungsform, um eine möglichst effektive Behandlung zu ermöglichen.

Morgens

Vor dem Essen

Nach dem Essen

Zum Schlafengehen

# Häufigkeit der Blutzuckermessungen

Vor dem Frühstück

mal pro Woche/Monat

Nach dem Frühstück

mal pro Woche/Monat

Mittagessen

mal pro Woche/Monat

Abendessen

mal pro Woche/Monat

Zum Schlafengehen

mal pro Woche/Monat

und in folgenden Situationen

## Persönliche Daten

Vorname

Name

Straße, Nr.

PLZ, Ort

Telefon

## Behandlungszentrum

Institution

Arzt/Ärztin

Diabetesberater/in

Telefon

Telefon im Notfall

Sonstiges

Sie suchen ein qualifiziertes Schulungszentrum in Ihrer Nähe?  
Unser Tipp: Schauen Sie im Internet unter [www.diabeteszentren.de](http://www.diabeteszentren.de)

## So wird es gemacht:

### 1. Blutzuckerwerte

Tragen Sie Ihre Blutzuckerwerte in die entsprechenden Felder ein.

### 2. Kurvendiagramm

Ab und zu ist es hilfreich, Ihr Tagesprofil grafisch darzustellen. Mit Hilfe des Kurvendiagramms können Sie Ihre gemessenen Werte grafisch darstellen. 

### 3. BEs eintragen

Notieren Sie Ihre Broteinheiten in das entsprechende Feld.

### 4. Insulindosis

Notieren Sie in den hellen Flächen die Einheiten des „schnellwirkenden“ Insulins oder des Normalinsulins und in den dunklen Feldern die Einheiten des Basal-/Verzögerungsinsulins.

### 5. Besonderheiten

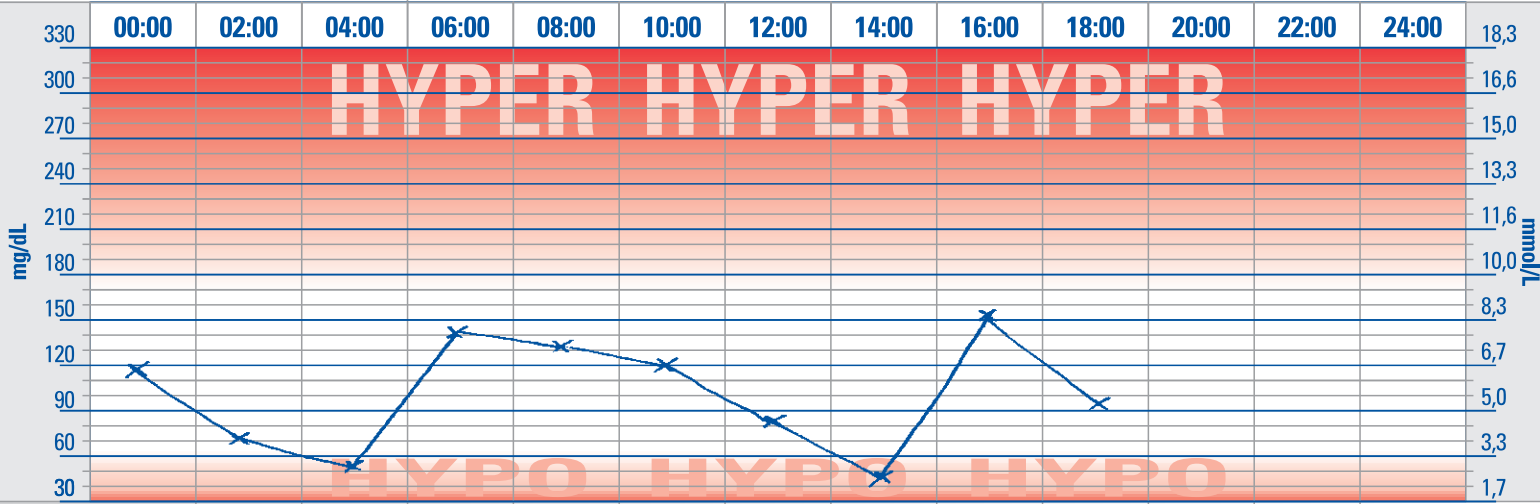
Hier haben Sie die Gelegenheit, alle wichtigen Informationen zu Ihrer Behandlung, der Dosierung Ihrer Medikamente sowie Hyperglykämien, Hypoglykämien, zu vom sonstigen Verzehr abweichenden Kohlenhydratmengen, zu mehr oder weniger Bewegung als üblich oder zu schweren Erkrankungen zu notieren.



Tragen Sie Ihre Blutzuckerwerte in die entsprechenden Felder ein und verbinden Sie diese miteinander um eine grafische Darstellung zu bekommen.

Datum:

Arbeitstag  Urlaubstag  Mo.  Di.  Mi.  Do.  Fr.  Sa.  So.



Aceton													
BE													
BE-Faktor													
schnellwir- kendes Insulin													
Basalinsulin													

Bemerkung:



Tag/ Monat	Früh		Mittag		Abend		Nacht	
	vor	nach	vor	nach	vor	nach		
	140		90	70	160			
	150		100	60		170	110	
Aceton	BE			Insulin				Blut- druck
	Früh	Mittag	Abend	Früh	Mittag	Abend	Sonst	
				x	Schnellwirkendes Insulin oder Normalinsulin			120
				y				80
					Basal-/Verzögerungsinsulin			

**Besonderheiten:**

Mittag zu wenig gegessen  
oder  
zu viel gespritzt.

Tag/ Monat	Früh		Mittag		Abend		Nacht
	vor	nach	vor	nach	vor	nach	

**Besonderheiten:**

mehr/weniger Bewegung als normal  
mehr/weniger gegessen als üblich  
Krankheit/Infektion

---



---



---



---

Aceton	<b>BE</b>			<b>Insulin</b>			Sonst.	<b>Blutdruck</b>
	Früh	Mittag	Abend	Früh	Mittag	Abend		

Tag/ Monat	<b>Früh</b>		<b>Mittag</b>		<b>Abend</b>		<b>Nacht</b>
	vor	nach	vor	nach	vor	nach	

---



---



---



---



---

**Besonderheiten:** mehr/weniger Bewegung als normal  
mehr/weniger gegessen als üblich  
Krankheit/Infektion

---



---



---



---



---

Datum:

Arbeitstag  Urlaubstag  Mo.  Di.  Mi.  Do.  Fr.  Sa.  So.

	00:00	02:00	04:00	06:00	08:00	10:00	12:00	14:00	16:00	18:00	20:00	22:00	24:00	
330														18,3
300	HYPER HYPER HYPER													16,6
270														15,0
240														13,3
210														11,6
180														10,0
150														8,3
120														6,7
90														5,0
60														3,3
30	HYPO HYPO HYPO													1,7
Aceton														
BE														
BE-Faktor														
schnellwir- kendes Insulin														
Basalinsulin														

Bemerkung: