



Anleitung Basalratentest

Bitte beachten:

- Der Ausgangsblutzucker sollte im Normbereich zwischen 70 -180 mg/dl liegen.
- Während der Testung den Blutzucker nicht korrigieren, evtl. kurzfristig noch einmal messen.
- Nur wenig Rohkost essen, da Ballaststoffe auch minimal den Blutzucker steigern.
- Nur Wasser oder ungesüßten Tee trinken, keine „Light-Getränke“.
- Nicht während einer akuten Erkrankung durchführen.
- Keine vorausgegangenen Hypoglykämien (Unterzuckerungen) -> Blutzucker < 40 mg/dl oder Sport.
- **Abbrechen bei:**
 - Bei einer Hypoglykämie/Unterzuckerung mit Symptomen
 - Bei einem Blutzuckerwert >250 mg/dl (Ketone messen + Korrektur spritzen)
- **Der erste verwendbare BZ ist 2 Stunden nach:**
 - Dem letzten Bolus
 - Der letzten Mahlzeit