**Basalratentest**

Basalratentest frühestens 4 Stunden nach der letzten Mahlzeit und Bolusgabe beginnen.

Der Ausgangsblutzucker muss zwischen 4,5 bis 10 mmol/l liegen.

Der Basalratentests sollte immer auf mehrere Tage verteilt werden.

**Nicht** nach einer Unterzuckerung.

**Nicht** nach einer ketoazidotischen Entgleisung.

**Nicht** nach Alkoholkonsum.

**Nicht** während eines akuten Infekts.

**Nicht** während der Regelblutung.

**1. Fastentest am Vormittag**

* Früh morgens keinen Bolus abgeben und nichts essen.
* Es darf nur Mineralwasser oder Kaffee/Tee ohne Milch und ohne Zucker getrunken

werden.

* Keine körperliche Aktivität.
* Abbruch des Fastentests, wenn BZ unter 4 mmol/l auftritt, diese dann sofort mit 2 BE

Kohlenhydrate behandeln. Abbruch bei BZ über 14 mmol/l.

* Nach Beendigung des Fastentests kann zum Mittag der erforderliche Bolus abgegeben und

die Mittagsmahlzeit eingenommen werden.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Datum | 7:00 | 8:00 | 9:00 | 10:00 | 11:00 | 12:00 |
|  |  |  |  |  |  |  |

**2. Fastentest am Mittag-Nachmittag**

* Mittags keinen Bolus abgeben und keine Mittagsmahlzeit einnehmen, ebenso keine

Kaffeemahlzeit am Nachmittag.

* Es darf nur Mineralwasser oder Kaffee/Tee ohne Milch und ohne Zucker getrunken

werden.

* Keine körperliche Aktivität.
* Abbruch des Fastentests wenn BZ unter 4 mmol/l auftritt, diese dann sofort mit 2 BE

Kohlenhydrate behandeln. Abbruch bei BZ über 14 mmol/l.

* Am Abend erforderlichen Bolus abgeben und Abendbrot essen.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Datum | 12:00 | 13:00 | 14:00 | 15:00 | 16:00 | 17:00 |
|  |  |  |  |  |  |  |

**3. Fastentest am Abend**

* Abends keinen Bolus abgeben und kein Abendessen einnehmen
* Es darf nur Mineralwasser oder Kaffee/Tee ohne Milch und ohne Zucker getrunken

werden.

* Keine körperliche Aktivität.
* Abbruch des Fastentests wenn BZ unter 4 mmol/l auftritt, diese dann sofort mit 2 BE

Kohlenhydrate behandeln. Abbruch bei BZ über 14 mmol/l.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Datum | 18:00 | 19:00 | 20:00 | 21:00 | 22:00 | 23:00 |
|  |  |  |  |  |  |  |

**4. Basalratentest in der Nacht**

* Vor 20.00 Uhr Abendbrot essen und normal Bolus abgeben.
* In der Nacht 2-stündliches Blutzuckermessen.
* Abbruch des Fastentests wenn BZ unter 4 mmol/l auftritt, diese dann sofort mit 2 BE

Kohlenhydrate behandeln. Abbruch bei BZ über 14 mmol/l.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Datum | 22:00 | 23:00 | 24:00 | 2:00 | 4:00 | 6:00 |
|  |  |  |  |  |  |  |

www.praxis-eberth.de