

**Roche
Diabetes
Care**
Deutschland

A photograph of a person's hands writing in a spiral notebook with a silver pen. The scene is set on a dark wooden desk with a window in the background showing greenery. A large, semi-transparent red circle is overlaid on the right side of the image.

TAGEBUCH

Für die intensivierete Insulintherapie (ICT)
und die Insulinpumpentherapie (CSII)

ACCU-CHEK[®]

MACHT VIELES LEICHTER.



Accu-Chek® Guide Leichter Blutzuckermessen.

Accu-Chek Guide ist Teil unserer vernetzten und individuell kombinierbaren Lösungen, die Sie in Ihrem Alltag mit Diabetes optimal unterstützen - für mehr Überblick, mehr Zeit und mehr Motivation.

- Leichter Teststreifen handhaben dank der praktischen Teststreifenbox
- Leichter Blut auftragen durch die breitere Auftragsfläche
- Leichter im Dunkeln messen durch den beleuchteten Teststreifeneinschub

**Jetzt informieren unter www.accu-chek.de/guide oder der kostenfreien
Telefonnummer 0800 4466800**

Liebe Benutzerin,
lieber Benutzer des Tagebuchs,

ein wichtiger Bestandteil in Ihrer Diabetestherapie ist die regelmäßige Blutzuckerselbstkontrolle. Denn je besser Sie Ihren individuellen Blutzuckerlauf kennen, desto besser kann die Therapie darauf abgestimmt werden.

Das vorliegende Accu-Chek Tagebuch unterstützt Sie auf diesem Weg. Denn neben der Erfassung Ihrer Blutzuckerwerte über einen längeren Zeitraum können Sie damit auch ein Tagesprofil erstellen – daran sehen Sie genau, wie Alltagsereignisse (Essen, Sport, Krankheit etc.) Ihren Blutzucker beeinflussen.

Diese umfassende Dokumentation Ihrer Werte ist die beste Voraussetzung für eine gute Blutzuckereinstellung durch Ihren Arzt – und hilft Ihnen dabei, Folgeerkrankungen des Diabetes zu vermeiden,

Ihr
Roche Diabetes Care Team

Dieses Tagebuch gehört

Name: _____

Straße: _____

Wohnort: _____

Telefon: _____

Diabetes-Typ: _____

Betreuende Ärzte

Name/Telefon: _____

Klinik/Diabeteszentrum

Name/Telefon: _____

Im Notfall benachrichtigen

Name/Telefon: _____

Erklärung der Abkürzungen

KE = Kohlenhydrat-Einheit*

KE-Faktor = Insulinfaktor pro KE

IE = Insulin-Einheit

BZ = Blutzucker

WI = Wechsel Infusionsset

* Schätzwert: 1 KE = ca. 10–12 g KH (Kohlenhydrate)

Insuline

Basal _____

Bolus _____

Insulinpumpentherapie (CSII)

Die Angaben zur Basalrate können am Ende des Tagebuches in der Ausklappseite dokumentiert werden.

Sonstige Medikamente

So benutzen Sie Ihr Diabetiker-Tagebuch richtig:

Für eine Beurteilung aller Diabetes-Daten sind nicht nur die regelmäßige Dokumentation Ihrer Insulin-Injektionen, die gemessenen Blutzuckerwerte und die eingenommenen KE-Mengen jeweils mit der entsprechenden Uhrzeit wichtig. Auch weitere Informationen und ggf. Ihre persönlichen Anmerkungen zu Blutzuckerschwankungen vervollständigen eine übersichtliche Dokumentation für Sie und Ihren Arzt. Dazu sollten in der unteren Zeile unter „Bemerkungen“ z. B. notiert werden:

- Ketone im Urin (Ketonurie): z. B. Azeton
- zusätzliche Krankheiten (Erkältung, Fieber usw.)
- zusätzliche Medikamente
- Krankenhausaufenthalte
- besondere Unternehmungen (Sport, Reisen usw.)
- bei Frauen: Menstruation
- Ernährung
- Alkohol
- besondere Belastungen
- Infusionsset gewechselt



In der Zeile „Essen“ können Sie zusätzlich vermerken, ob Sie Ihre Messwerte vor (präprandial) bzw. nach dem Essen (postprandial) gemessen haben. Kennzeichnen Sie diese doch einfach mit einem „**V**“ wie „**V**or dem Essen“ und einem „**N**“ wie „**N**ach dem Essen“.

Basalrate in Insulin-Einheiten pro Stunde (IE/h)

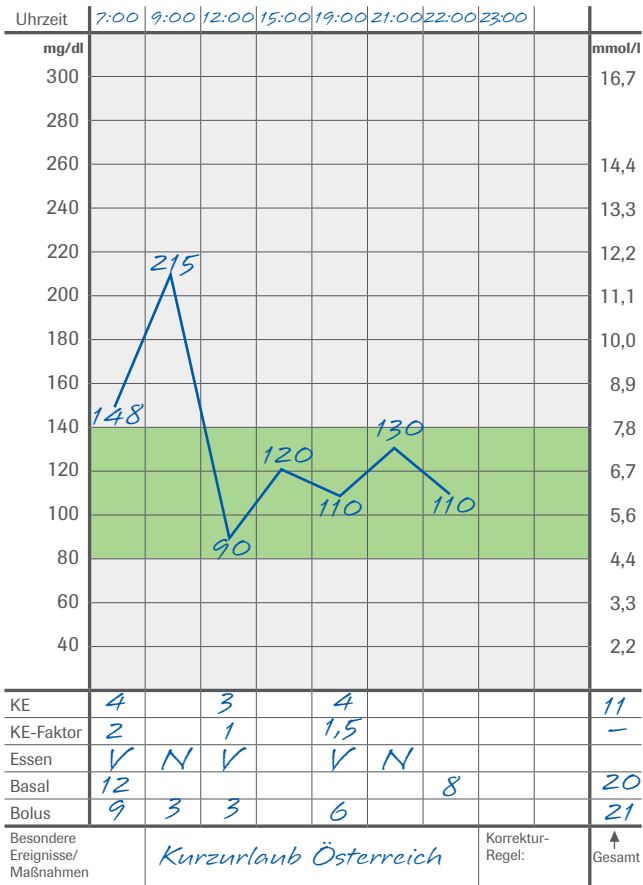
(siehe vorletzte Seite)

Datum	13.01.10	30.01.10
Basalratenprofil	1	2
Uhrzeit	IE/h	IE/h
00 - 01 Uhr	0,4	0,5
01 - 02 Uhr	0,4	0,5
02 - 03 Uhr	0,5	0,6
03 - 04 Uhr	0,5	0,7
04 - 05 Uhr	0,8	1,0
05 - 06 Uhr	1,3	1,6
06 - 07 Uhr	1,5	1,9
07 - 08 Uhr	1,2	1,5
08 - 09 Uhr	0,9	1,2
09 - 10 Uhr	0,6	0,5
10 - 11 Uhr	0,6	0,8
11 - 12 Uhr	0,6	0,7
12 - 13 Uhr	0,6	0,7
13 - 14 Uhr	0,6	0,7
14 - 15 Uhr	0,6	0,7
15 - 16 Uhr	0,7	0,9
16 - 17 Uhr	0,9	1,2
17 - 18 Uhr	1,0	1,3
18 - 19 Uhr	1,0	1,3
19 - 20 Uhr	0,8	1,0
20 - 21 Uhr	0,7	0,9
21 - 22 Uhr	0,6	0,7
22 - 23 Uhr	0,6	0,7
23 - 24 Uhr	0,5	0,6
Summe Basalrate	17,9	22,2

Datum:

18.01.10

- Mo
 Di
 Mi
 Do
 Fr
 Sa
 So
 Arbeitstag
 Urlaubstag

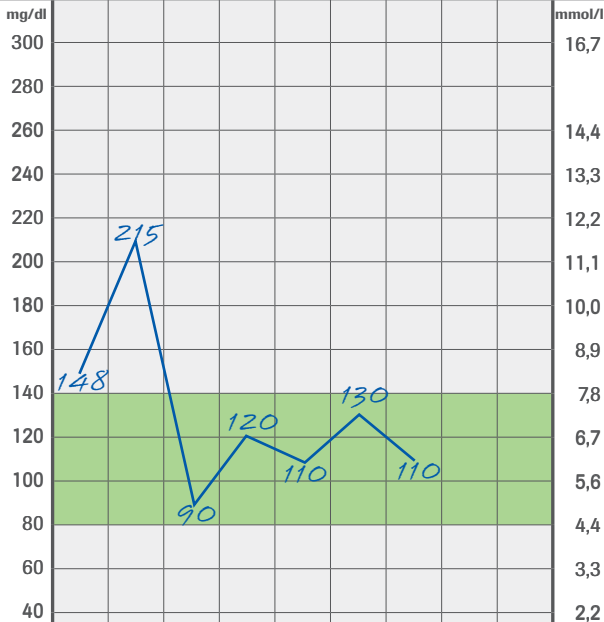


Datum:

18.01.10

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit | 7:00 | 9:00 | 12:00 | 15:00 | 19:00 | 21:00 | 22:00 | 23:00



KE	4		3		4				11
KE-Faktor	2		1		1,5				-
Essen	V	N	V		V	N			
Basal									20
Bolus	9	3	3		6				21

Besondere Ereignisse/
Maßnahmen

Kurzurlaub Österreich

Korrektur-
Regel:

↑
Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

- Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

- Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur-Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

- Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

- Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur-Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

- Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur-Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

- Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

- Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

- Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

- Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Accu-Chek Services:

Exklusiv für Accu-Chek Kunden.

Gemeinsam durchs Leben – Accu-Chek Services

Es liegt uns am Herzen, Sie im Alltag mit Diabetes zu begleiten und bestmöglich bei Ihrem Diabetes Management zu unterstützen. Nutzen Sie unsere vielfältigen Accu-Chek Serviceangebote.

Die Accu-Chek Services sind immer dabei: **www.accu-chek.de**

Registrieren Sie sich einfach auf **www.accu-chek.de** und genießen Sie viele unentgeltliche Vorteile: Unsere interaktiven Webinare machen Sie fit für die Diabetes-Versorgung der Zukunft und mit unseren Accu-Chek Ratgebern und Services haben Sie alle wichtigen Diabetes-Themen im Blick.

Aktuelle und spannende Informationen zu Themen rund um Diabetes, Produktentwicklungen und Neuerun-

gen erhalten Sie in unserem monatlichen Accu-Chek Newsletter. Registrieren Sie sich unentgeltlich unter **www.accu-chek.de/newsletter**.

#meinbuntesleben

Entdecken Sie die Diabetes Community: www.mein-buntes-leben.de

In der #meinbuntesleben Community können Sie Ihre wertvollen Erfahrungen mit anderen teilen – und selbst viele spannende Tipps zur Motivation rund um den Alltag mit Diabetes entdecken. Für DiabetesberaterInnen gibt es Anregungen, um ihre Schulungen bunt und mit aktuellen Themen zu gestalten.

Tägliche Informationen und einen direkten Austausch zu diabetesrelevanten Themen erhalten Sie auf der Accu-Chek Facebookseite **www.facebook.com/accuchekde**.



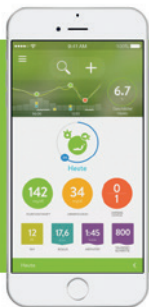
Jetzt Tagebücher nachbestellen!

In unserem Download- und Bestellcenter können Sie sich Ihr nächstes Diabetiker-Tagebuch und andere aktuelle Accu-Chek Informationsmaterialien nach Hause bestellen oder direkt herunterladen.

Neben interessanten Produktinformationen finden Sie hier z. B. auch die beliebte Accu-Chek Ratgeberreihe und vieles mehr.

Schauen Sie einfach mal vorbei:

www.accu-chek.de/bestellcenter



Oder die mySugr App herunterladen und das kostenlose Tagebuch immer auf dem Smartphone mit dabei!



Verbinde mySugr mit **Accu-Chek® Guide** oder **Accu-Chek® Mobile** und erhalte mySugr Pro kostenfrei!

Guter Service lebt von Ihren Antworten!

Damit wir Ihnen den gewünschten Service (siehe Rückseite) anbieten können, bitten wir Sie um folgende Angaben (Pflichtfelder sind mit * gekennzeichnet).

Roche Diabetes Care Deutschland GmbH sichert Ihnen zu, dass Ihre Daten nur für interne Zwecke gespeichert und streng vertraulich nach den einschlägigen datenschutzrechtlichen Vorgaben behandelt werden. Weitere Informationen zum Datenschutz finden Sie unter www.accu-chek.de/datenschutz.

Herr Frau Ich bin über 18 Jahre alt*

Vorname* _____

Name* _____

Straße, Hausnummer* _____

PLZ Wohnort* _____

Einwilligung in Werbung und Marktforschung

Wir möchten Sie künftig gerne über wissenswerte Neuigkeiten, insbesondere über Produktentwicklungen auf dem Postwege, per E-Mail bzw. telefonisch informieren oder auch Ihre Erfahrungen und Meinung erfragen. Hierzu bitten wir um Ihre Einwilligung. Die Abgabe der folgenden Einwilligungen sind freiwillig. Weiterhin haben Sie die Möglichkeit, Ihre Einwilligungen jederzeit ohne Angabe von Gründen für die Zukunft zu widerrufen. Rufen Sie einfach unser Accu-Chek Kunden Service Center an. Wir stehen von Mo-Fr, von 08:00 Uhr bis 18:00 Uhr unter der **kostenfreien Telefonnummer 0800 4466800** zur Verfügung.

Ich erkläre mich damit einverstanden, dass Roche Diabetes Care die von mir bereitgestellten Daten für Werbung und Marktforschung verarbeitet und willige ein, dass mich Roche Diabetes Care über folgende Kanäle kontaktieren darf:

Postweg (Adressdaten siehe oben)

E-Mail _____

Telefon _____

AC BK 1& TBICT/CSII

Um Ihnen zukünftig Angebote senden zu können, welche genau Ihren Bedürfnissen entsprechen, bitten wir Sie um die folgenden Angaben zur Diabetes-Therapie. Um Ihre Daten für diesen Zweck zu verarbeiten, benötigen wir Ihre ausdrückliche Einwilligung. Ohne Ihre ausdrückliche Einwilligung können wir Ihnen keine Ihren Bedürfnissen entsprechenden Angebote zusenden. Weiterhin haben Sie die Möglichkeit, Ihre Einwilligungen jederzeit ohne Angabe von Gründen für die Zukunft zu widerrufen. Rufen Sie einfach unser Accu-Chek Kunden Service Center an. Wir stehen von Mo-Fr, von 08:00 Uhr bis 18:00 Uhr unter der **kostenfreien Telefonnummer 0800 4466800** zur Verfügung.

- Hiermit willige ich ausdrücklich darin ein, dass Roche Diabetes Care meine Angaben zur Diabetes-Therapie für die Zusendung von Angeboten, die meinen Bedürfnissen entsprechen, verarbeiten darf.**

Geburtsdatum: ____ | ____ | ____ ____ (Tag | Monat | Jahr)

1. Wie oft pro Woche messen Sie selbst Ihren Blutzucker?

Ich messe _____ Mal pro Woche meinen Blutzucker.

2. Nutzen Sie ein kontinuierliches Glukosemesssystem (CGM/FGM)?

Nein Ja/Modell: _____

4. Welchen Diabetestyp haben Sie?

Typ 1 Typ 2 Gestation Anderen

4. Wie wird Ihr Diabetes behandelt?

- Diät/Ernährungstherapie
 OAD: Tabletten (orale Anti-Diabetika)
 Kombi: Tabletten und Insulin
 Insulininjektionen
 Insulinpumpe, Modell: _____

Datum/Unterschrift*  _____

Roche Diabetes Care Deutschland GmbH, Sandhofer Straße 116, 68305 Mannheim
ACCU-CHEK und ACCU-CHEK GUIDE sind Marken von Roche.

© 2018 Roche Diabetes Care. Alle Rechte vorbehalten.

Bitte
freimachen
falls Marke
zur Hand

Deutsche Post 
ANTWORT

Roche Diabetes Care
Deutschland GmbH
Postfach 10 27 23
68027 Mannheim

Datum: _____

- Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

- Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

- Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

- Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

- Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

- Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Datum: _____

Mo Di Mi Do Fr Sa So
 Arbeitstag Urlaubstag

Uhrzeit									
mg/dl									mmol/l
300									16,7
280									15,5
260									14,4
240									13,3
220									12,2
200									11,1
180									10,0
160									8,9
140									7,8
120									6,7
100									5,6
80									4,4
60									3,3
40									2,2
KE									
KE-Faktor									
Essen									
Basal									
Bolus									
Besondere Ereignisse/ Maßnahmen							Korrektur- Regel:		↑ Gesamt

Fett- und KH-Gehalte in den wichtigsten Nahrungsmitteln*

Einheiten in Gramm	Gewicht	KH	Fett- gehalt	Einheiten in Gramm	Gewicht	KH	Fett- gehalt
Eier, 1 Stück				Wurstwaren			
• Ei	50-60	+	6	• Bierwurst	30	+	6
• Eigelb	20	+	6	• Cervelatwurst	30	+	10
• Eiklar	30	+	+	• Putenbrust	30	+	1
Fleisch (Rohgewicht)				• Salami	30	+	10
• Bauchfleisch	125	+	26	• Schinken gekocht	30	+	1
• Filet/Schnitzel, 1 St.	250	+	2	• Schinken roh geräuchert	30	+	10
• Hackfleisch, gem.	100	+	20	• Streichwurst/ Leberwurst	30	+	8
• Kotelett, 1 St.	125	+	7	Fertigprodukte, Saucen			
Fleischgerichte, 1 Stück				• Tomaten-Ketchup	20	5	+
• Frikadelle	150	8	15	• Mayonnaise	25	3	13
• Döner/Kebab (mit Fladenbrot)	300	53	35	50% Fett, 1 EL			
• Bockwurst	115	0	29	• Sauce Hollandaise	60	3	27
• Cordon bleu	150	6	17	Süßwaren			
• Putenschnitzel	125	+	1	• Gummibärchen, 1 St.	2	3	0
• Hähnchenkeule	125	+	14	• Vollmilchschokolade	6	3	2
• Bratwurst (Schwein)	150	0	43	• Popcorn, süß	40	27	2
• Speck, fett	30	+	24	• Praline, 1 St.	12	10	1
Fisch (Rohgewicht)				• Honig	20	16	0
• Barsch	150	0	1	• Nutella	25	13	7
• Forelle	150	0	4	• Marmelade	20	13	0
• Lachs	150	0	20	Knabberartikel			
• Seelachs	150	0	1	• Erdnussflips	25	14	6
• Thunfisch (frisch)	150	0	23	• Kartoffelchips (Pringles)	25	12	10
• Kabeljau, Dorsch	150	0	1	• Salzstangen	1,5	1	+
• Fischstäbchen, 1 St. (ohne Zubereitungs Fett)	30	5	2	Eis			
				• Fruchtteis	75	22	1
				• Milcheis	75	17	3
				• Eiscreme	75	16	9

Abkürzungen:

KH = Kohlenhydrate; **St.** = Stück; **ml** = Milliliter; **EL** = Esslöffel; **gestr.** = gestrichener; **F. i. Tr.** = Fett in Trockenmasse: als Beispiel Käse mit 30% F. i. Tr. entspricht ca. einem Käse mit 15% absolutem Fettgehalt; + = in geringen Mengen vorhanden

* Quelle: Kalorien mundgerecht, 13. Auflage

Einheiten in Gramm	Gewicht	KH	Fett- gehalt	Einheiten in Gramm	Gewicht	KH	Fett- gehalt
Brot, Getreide, Getreideprodukte				Milch und Milchprodukte			
• Mischbrot,	45	20	1	• Buttermilch, 1 Glas	200 ml	8	1
• Roggenmischbrot				• Fettarme Milch	200 ml	9	3
• Brötchen, 1 St.	45	27	1	• H-Milch, 1,5% Fett			
• Croissant	45	15	12	• Vollmilch	200 ml	9	7
• Knäckebrot	10	7	+	• H-Milch, 3,5% Fett			
• Toastbrot	30	14	1	• Fettarmer Joghurt	150	7	2
• Zwieback (eifrei)	10	7	+	• 1,5% Fett			
• Nudeln, gekocht	150	42	2	• Bananen-, Erdbeer-,	250 ml	33	4
• Reis, gekocht (poliert)	150	35	+	• Vanille-Trunk			
Kartoffeln und Kartoffelprodukte				• Crème fraîche	15	+	4
• Kartoffeln mit Schale	200	30	+	• 30% Fett, 1 EL			
(gekocht)				• Geschlagene Sahne	15	+	5
• Kartoffelkrokette	20	5	2	• 30% Fett			
• Bratkartoffeln	200	37	16	• Saure Sahne	15	1	2
(+ 15 g Fett)				• 10% Fett, 1 EL			
• Kartoffelpüree	200	24	2	• Speisequark	100	3	11
(Fertiggericht mit Milch)				• 40% Fett, 1 EL			
• Pommes Frites	150	55	15	• Speisequark	100	4	2
(im Backofen zubereitet)				• 10% Fett, 1 EL			
Frisches Obst (pro St./Portion, essbarer Anteil)				• Schmand	15	1	4
• Apfel (mittelgroß)	125-150	16	1	• 24% Fett, 1 EL			
• Aprikose	50	4	+	• Mozzarella	50	0	10
• Banane (mittelgroß)	100-150	25	+	• 45% F. i. Tr.			
• Birne (mittelgroß)	125-150	17	+	• Schnittkäse	30	1	9
• Erdbeeren	125	7	1	• 45% F. i. Tr.			
• Himbeeren	125	8	1	• Edamer Käse	30	+	9
• Kirschen, süß	125	17	+	• 45% F. i. Tr.			
• Kiwi	65-100	8	+	• Mascarpone	50	2	24
• Mandarine/	40	4	+	• 80% F. i. Tr.			
• Clementine				Fette			
• Weintrauben	125	19	+	• Halbfettmargarine	12-15	+	6
• Wassermelone	150	12	+	• 40% Fett, 1 gestr. EL			
• Zitrone	80	2	+	• Halbfettbutter	12-15	+	5
• Orange	125-150	11	+	• 40% Fett, 1 gestr. EL			
				• Butter/Margarine	12-15	+	11
				• Öl	12	0	12

Angaben:

Es sind Durchschnittswerte angegeben, Zahlen wurden zur besseren Lesbarkeit auf- oder abgerundet. Die Kohlenhydratmenge pro Tag richtet sich nach der jeweiligen Diabetestherapie.

Kontrolluntersuchung

Datum _____

Körpergröße _____ cm

Körpergewicht _____ kg

BMI = $\frac{\text{Gewicht in kg}}{(\text{Größe in m})^2}$ _____

Blutdruck _____ mm/Hg

HbA1c _____ %

Albumin im Urin _____ mg/l

Micral-Test® bis 20 mg/l normal

Schwere Hypoglykämien _____ pro Monat

Häufigkeit Selbstkontrolle
Anzahl / Woche _____

Sonstiges _____

Wichtig

Lassen Sie regelmäßig Ihre Füße, Augen, Nieren, Nerven und Blutfettwerte vom Arzt überprüfen.

Vorgehen bei einer Ketoazidose

(Blutzuckerwerte > 250 mg/dl + Azeton im Urin positiv)

1. Doppelter Korrektur-Bolus (oder 20% des Tages-Insulinbedarfs) mit der Spritze/dem Pen
2. Insulinpumpe, Infusionsset und Ampulle überprüfen und ggf. wechseln bzw. Insulingabe mit Pen
3. Viel trinken (ca. ein Liter pro Stunde)
4. Keine körperliche Aktivität
5. Ruhe bewahren, aber nicht schlafen legen
6. Blutzucker-Messung alle ein bis zwei Stunden, Azetontest alle zwei Stunden
7. Bleiben Sie nicht alleine

Ziel:

- Blutzucker nach zwei bis drei Stunden unter 200 mg/dl bzw. 11 mmol/l
- Azeton negativ

Zwei bis drei Stunden nach der ersten Korrektur:

- Blutzucker über 200 mg/dl bzw. 11 mmol/l
- Azeton (++)/+++)

Hinweis:

Sobald ein starker Blutzucker-Abfall bei noch erhöhten Blutzucker-Werten bemerkt wird:

- ohne Gabe einer Korrekturdosis Insulin zwei bis drei KE essen
- Fortsetzung der Insulinpumpen-Behandlung

Punkte 1. bis 7. wiederholen. Bitte beachten: doppelter Korrektur-Bolus oder 20% des Tages-Insulinbedarfs mit der Spritze!

Bei Angst und Unsicherheit unbedingt beim Diabeteszentrum oder Notarzt melden!

Bei Erbrechen sofort ins Krankenhaus!

Basalrate in Insulin-Einheiten pro Stunde (IE/h)

Datum					
Basalratenprofil					
Uhrzeit	IE/h	IE/h	IE/h	IE/h	IE/h
00 - 01 Uhr					
01 - 02 Uhr					
02 - 03 Uhr					
03 - 04 Uhr					
04 - 05 Uhr					
05 - 06 Uhr					
06 - 07 Uhr					
07 - 08 Uhr					
08 - 09 Uhr					
09 - 10 Uhr					
10 - 11 Uhr					
11 - 12 Uhr					
12 - 13 Uhr					
13 - 14 Uhr					
14 - 15 Uhr					
15 - 16 Uhr					
16 - 17 Uhr					
17 - 18 Uhr					
18 - 19 Uhr					
19 - 20 Uhr					
20 - 21 Uhr					
21 - 22 Uhr					
22 - 23 Uhr					
23 - 24 Uhr					
Summe Basalrate					

Sie wollen mehr erfahren?

Unsere Mitarbeiter im Accu-Chek Kunden Service Center sind unter der **kostenfreien Telefonnummer 0800 4466800** (Mo-Fr, 08:00-18:00 Uhr) für Sie da. Oder besuchen Sie unser Online-Portal unter **www.accu-chek.de/bestellcenter** und unsere Facebookseite auf **www.facebook.com/accuchekde**

ACCU-CHEK und ACCU-CHEK GUIDE sind Marken von Roche.
© 2018 Roche Diabetes Care. Alle Rechte vorbehalten.

www.accu-chek.de

Roche Diabetes Care Deutschland GmbH
Sandhofer Straße 116
68305 Mannheim



ACCU-CHEK®

05213088001 (13) 0818