Überprüfung der BE/KE-Faktoren

Voraussetzung:

* Ihr Blutzucker (bzw. Gewebeglukose) liegt vor der Mahlzeit im Zielbereich.
* Sie müssen kein Korrekturinsulin spritzen.
* Ihre Basalinsulindosis stimmt.
* Während des Tests keinen Alkohol trinken.
* Sie sind gesund und bewegen sich wie immer.

Durchführung:

* Essen Sie eine Mahlzeit, die Sie gut einschätzen können (ggf. abwiegen).
* Spritzen Sie die entsprechende Dosis Mahlzeiteninsulin – fügen Sie **keinen** Anteil für die Korrektur hinzu.
* Messen Sie den Blutzucker (bzw. Gewebeglukose) nach 2 und 4 Stunden. Tragen Sie die Ergebnisse in das Protokoll ein.

Um ein besonders aussagekräftiges Ergebnis zu erhalten, führen Sie den Test am besten über 3 Tage aus. Am ersten Tag beginnen Sie den Test mit dem Frühstück. Am zweiten Tag überprüfen Sie den Faktor zum Mittagessen. Zum Abschluss kontrollieren Sie am dritten Tag Ihren Faktor für das Abendessen.

Wichtig:

* Bei einer Unterzuckerung brechen Sie den Test ab und behandeln Sie diese.

Auswertung:

* Sind die Zuckerwerte nach 4 Stunden wieder im Zielbereich oder weicht Ihr Zuckerwert um weniger als 20–30mg/dl vom Ausgangswert vor der Mahlzeit ab, sind Ihre BE/KE-Faktoren korrekt.
* Andernfalls müssen Ihre Faktoren angepasst werden. Eine Anpassung sollte aber erst vorgenommen werden, wenn Sie wiederholt solche Abweichungen feststellen.

Überprüfung der Korrekturfaktoren:

Voraussetzung:

* Die Basaldosis stimmt.
* Während des Tests keine Mahlzeit zu sich genommen wird, sowie keinen Alkohol.
* In dieser Zeit keine außergewöhnliche Bewegung stattfindet.

Die Korrekturregel stimmt, wenn ein hoher Blutzucker (Gewebeglukose) durch Korrektur mit schnellwirksamen Insulin normalisiert wird, d.h. **nach ca. 4 Stunden** im Zielbereich liegt.

