



Ilka Gesmann

Fachärztin für Allgemeinmedizin
Ernährungsmedizin

Dr. med. Peter Hainzinger

Facharzt für Innere Medizin
Diabetologe DDG

Dr. med. Michael Schnittert

Facharzt für Allgemeinmedizin
Chirotherapie Diabetologie

Dr. med. Corinna Sieh

Fachärztin für Innere Medizin
Diabetologin DDG

Durchführung eines Basalratentests

Wann kann ich mit dem BRT beginnen?

- Der BRT sollte an einem „normalen“ Tag (normale körperliche Aktivität, keine Krankheit) durchgeführt werden.
- Der Blutzucker sollte zwischen 80-180mg/dl liegen
- 12 Stunden vor Beginn keine Unterzuckerungen (BZ unter 60mg/dl)
- letzte Mahlzeit mind. 3 Stunden vor Beginn des Tests
- letzter Bolus (Apidra, Humalog, Liprolog, Novorapid, Actrapid) mind. 3 Stunden vor Beginn des Tests
- Basalinsulin wie gewohnt spritzen
- Während des BRT nichts essen, nur ungesüßte Tees (Kräutertee) und ausreichend Wasser trinken

Wann breche ich mit dem BRT ab?

- bei BZ-Werten unter 70mg/dl
- bei BZ-Werten über 250mg/dl
- wenn Sie sich nicht wohl fühlen

Sie können den Test beliebig durchführen (keine Reihenfolge nötig)

Bitte tragen Sie die BZ-Werte auf den gekennzeichneten Spalten stündlich ein.
Die Nachmessungen können nach 24 Uhr auch 2-stündlich erfolgen.

Viel Erfolg!

Basalratentest

Startdatum: _____ Name, Vorname: _____ geb.: _____

	1. Vormittag	6:00-12:00	2. Nachmittag	12:00-18:00	3. Abend	18:00-24:00	4. Nacht	20:00-00:00	00:00-8:00	
Tageszeit	Datum:	BZ mg/dl	Datum:	BZ mg/dl	Datum:	BZ mg/dl	Datum:	BZ mg/dl	BZ mg/dl	
00-01 Uhr										
01-02 Uhr										
02-03 Uhr										
03-4 Uhr										
04-05 Uhr										
05-06 Uhr										
06-07 Uhr	KEIN Frühstück									
07-08 Uhr										
08-09 Uhr										
09-10 Uhr										
10-11 Uhr										
11-12 Uhr										
12-13 Uhr			KEIN Mittagessen							
13-14 Uhr										
14-15 Uhr										
15-16 Uhr										
16-17 Uhr										
17-18 Uhr										
18-19 Uhr					KEIN Abendessen					
19-20 Uhr										
20-21 Uhr							Nach frühem Abendessen (17:00 Uhr)			
21-22 Uhr										
22-23 Uhr										
23-24 Uhr										

