



## Durchführung eines Basalratentests

Name, Vorname: \_\_\_\_\_ geb.: \_\_\_\_\_

### *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 Nachtmessungen können nach 24 Uhr auch 2-stündlich erfolgen.

***Viel Erfolg!***

| <b><i>Basalrate morgens</i></b> | <b><i>Basalrate mittags</i></b> | <b><i>Basalrate abends</i></b> | <b><i>Basalrate nachts</i></b> |
|---------------------------------|---------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| Letzte Mahlzeit<br>am Vorabend  | Letzte Mahlzeit 8 Uhr           | Letzte Mahlzeit 13 Uhr         | Letzte Mahlzeit 18 Uhr         |
| Datum:                          | Datum:                          | Datum:                         | Datum:                         |
| Uhrzeit      BZ                 | Uhrzeit      BZ                 | Uhrzeit      BZ                | Uhrzeit      BZ                |
| 07:00                           | 12:00                           | 18:00                          | 22:00                          |
| 08:00                           | 13:00                           | 19:00                          | 23:00                          |
| 09:00                           | 14:00                           | 20:00                          | 01:00                          |
| 10:00                           | 15:00                           | 21:00                          | 03:00                          |
| 11:00                           | 16:00                           | 22:00                          | 05:00                          |
| 12:00                           | 17:00                           | 23:00                          | 07:00                          |