



**Dr. med. Roya Sigari**  
Fachärztin für Allgemeinmedizin  
Akupunktur

**Dr. med. Sonja Sadlowski**  
Fachärztin für Allgemeinmedizin  
Diabetologie

**BasalratentestName:PatNachname,PatVorname,PatGeburtsDatum(1)**

**Insulinsorten:**

Der Ausgangsblutzucker sollte unter 180 mg/dl sein, es sollte ein normaler Tag sein,  
es sollte kein Infekt vorliegen

**1.Morgen-Basalaustestung**

-Letzte Mahlzeit vor der Überprüfung am Vorabend

-Stündliche Blutzucker-Kontrolle

Datum: \_\_\_\_\_

Zeit: 07:00      08:00      09:00      10:00      11:00      12:00

BZ: \_\_\_\_\_

**2.Mittag-Basalaustestung**

-Letzte Mahlzeit vor der Überprüfung um 08:00

-Stündliche Blutzucker-Kontrolle

Datum: \_\_\_\_\_

Zeit: 12:00      13:00      14:00      15:00      16:00      17:00

BZ: \_\_\_\_\_

**3.Aabend-Basalaustestung**

-Letzte Mahlzeit vor der Überprüfung um 13:00

-Stündliche Blutzucker-Kontrolle

Datum: \_\_\_\_\_

Zeit: 18:00      19:00      20:00      21:00      22:00      23:00

BZ: \_\_\_\_\_

**4.Nacht-Basalaustestung**

-Letzte Mahlzeit vor der Überprüfung um 18:00

-2Stündliche Blutzucker-Kontrolle

Datum: \_\_\_\_\_

Zeit: 22:00      23:00      01:00      03:00      05:00      07:00

BZ: \_\_\_\_\_



**Dr. med. Roya Sigari**  
Fachärztin für Allgemeinmedizin  
Akupunktur

**Dr. med. Sonja Sadlowski**  
Fachärztin für Allgemeinmedizin  
Diabetologie

## **Praktische Durchführung der Basalratenüberprüfung**

- Tag 1: kein Frühstück essen, bis zum Mittag stündlich den Blutzucker kontrollieren
- Tag 2: nach dem Frühstück nichts mehr essen auch kein Mittagessen, ab Mittag bis zum Abendessen stündlich den Blutzucker kontrollieren
- Tag 3: nach dem Mittag nichts mehr essen, auch kein Abendessen, ab dem Abend bis zum Schlafengehen stündlich den Blutzucker kontrollieren
- Tag 4: nach dem \_Abendessen nichts mehr essen, in der Nacht alle 2 Stunden den Blutzucker kontrollieren

-Der Basalratentest sollte frühestens 4 Stunden nach der letzten Mahlzeit und Bolusgabe beginnen

-Der Ausgangsblutzucker für einen Basalratentest sollte zwischen 80 – 180mg/dl liegen, liegt der Blutzuckerwert außerhalb dieses Bereiches kann kein Test durchgeführt werden.

-Während des Testes darf nur Wasser und ungesüßter Tee getrunken werden.

-Der Basalratentest sollte immer auf mehrere Tage verteilt werden (nicht einen ganzen Tag hungern und messen) da sonst der Hungerstoffwechsel einsetzt mit Ketonkörperbildung, welche die Insulinwirkung deutlich abschwächt

-Größere oder ausdauernde körperliche Belastung sollte während des Tests vermieden werden

-Steigt der Blutzucker während des Test deutlich an oder sinkt deutlich ab (Um mehr als 50 mg/dl) ist dies ein Zeichen dafür, dass die Basalrate geändert werden muss

-Bei einer Unterzuckerung während des Tests oder einem Blutzuckeranstieg über 250mg/dl sollte der Test sofort abgebrochen werden.

## **Nicht durchgeführt werden darf ein Basalratentest:**

- nach einer Unterzuckerung
- nach einer ketoazidotischen Entgleisung
- nach Alkoholkonsum
- während eines akuten Infekts