

Basalratentest

Voraussetzungen:

- körperliches Wohlbefinden
- Am Tag **vor** dem Test:
 - „normal“ essen (kein Verzicht auf Kohlenhydrate!)
 - keinen Alkohol trinken
 - keine übermäßige Bewegung oder Sport (Muskelauffülleffekt)
- letzte Unterzuckerung liegt mind. 6 – 8 Stunden zurück (Gegenregulation)
- der Ausgangsblutzucker ist 80 – 180 mg/dl
- letzter Bolus bei Verwendung von Insulinanaloga ist mind. 3 – 4 Stunden her, (bei Normalinsulin mind. 5 – 6 Stunden)

Durchführung:

- Weglassen der Haupt- und Zwischenmahlzeiten an verschiedenen Tagen
 - A: kein Frühstück und Zwischenmahlzeit
 - B: kein Mittagessen und Zwischenmahlzeit
 - C: kein Abendessen und Zwischenmahlzeit
 - D: Nachttest
- alle 60 Minuten Blutzucker (BZ) kontrollieren und dokumentieren
- Test bei BZ-Werten unter 60 mg/dl und über 250 mg/dl abbrechen

Beurteilung:

- die Basis ist unauffällig, wenn die BZ-Werte **konstant** bleiben (+/- 30 mg/dl)
- 10 – (20) % Dosisanpassung bei Bedarf (erhöhen oder verringern)
- nach erfolgter Insulinanpassung sollte der Test nach ca. einer Woche wiederholt werden.



Basalratentest Dokumentation

Name: _____ Pat. – Nr. _____

Insulinmenge pro 24 h: _____ IE Insulinname: _____

A: Test am Morgen

- ↻ Frühstück und Zwischenmahlzeit auslassen
- ↻ alle 60 Minuten Blutzucker messen

Zeit	5 Uhr	6 Uhr	7 Uhr	8 Uhr	9 Uhr	10 Uhr	11 Uhr
BZ							
Basalrate IE							

Bewertung: _____

B: Test am Mittag

Bis _____ Uhr Frühstück u. letzter Bolus

- ↻ Mittagessen und Zwischenmahlzeit auslassen
- ↻ alle 60 Minuten Blutzucker messen

Zeit	11 Uhr	12 Uhr	13 Uhr	14 Uhr	15 Uhr	16 Uhr	17 Uhr
BZ							
Basalrate IE							

Bewertung: _____

C: Test am Abend

Bis _____ Uhr Mittagessen u. letzter Bolus

- ↻ Abendessen und Zwischenmahlzeit auslassen
- ↻ alle 60 Minuten Blutzucker messen

Zeit	16 Uhr	17 Uhr	18 Uhr	19 Uhr	20 Uhr	21 Uhr	22 Uhr
BZ							
Basalrate IE							

Bewertung: _____

D: Test in der Nacht

- ↻ Spätmahlzeit auslassen
- ↻ alle 60 Minuten bis zum Schlafen gehen Blutzucker messen
- ↻ ein oder zwei Werte aus dem Schlaf heraus messen

Zeit	vor dem Schlafen	24 Uhr	1 Uhr	2 Uhr	3 Uhr	nüchtern
BZ						
Basalrate IE						

Bewertung: _____