

## Blutzuckertagesprofil

Der folgende Test ermöglicht Ihnen und Ihrem Arzt eine erste Bewertung Ihrer persönlichen Risiko-Situation über das Auftreten des Diabetes. Hierzu messen Sie 8 mal Ihren Blutzuckerspiegel laut der Anweisung. Notieren Sie Ihre Messergebnisse in der unten angeführten Tabelle und besprechen Sie diese mit Ihrem Arzt.

**WICHTIG:** Keine Zwischenmahlzeiten, aber reichlich Wasser oder Mineralwasser trinken!

Datum: _____	Uhrzeit	Blutzucker	Bemerkungen
Nüchtern in der Früh			
2 h nach dem Frühstück			
Vor dem Mittagessen			
2 h danach			
Vor dem Abendessen			
2 h danach			
Vor dem Schlafengehen			
3 Uhr morgens (optional)			