

**Praxis-Email-Adresse:**

Bitte diese Seite bzw. die Werte wöchentlich zusenden !

Blutzuckertagebuch von \_\_\_\_\_



Datum	Frühstück			Mittagessen			Abendessen		
	Vor dem Essen	Nach 1 Stunde	Nach 2 Stunden	Vor dem Essen	Nach 1 Stunde	Nach 2 Stunden	Vor dem Essen	Nach 1 Stunde	Nach 2 Stunden
Montag									
Dienstag									
Mittwoch									
Donnerstag									
Freitag									
Samstag									
Sonntag									

**Zielwerte: nüchtern 60-90(95), 1 Std. ab Essbeginn bis 140, 2 Std. ab Essbeginn bis 120**

Wenn der 1 Std. Wert  $\leq$  130 liegt, dann ist keine 2. Std. Messung erforderlich

Bitte tragen Sie eventuelle Besonderheiten in die Tabelle zusätzlich ein.

z.B. S=Aktivitäten/ Sport

K=Krankheit

Urlaub=U