

Diabetes-Tagebuch & Essensprotokoll

Facharzt für Allgemeinmedizin . Diabetologe DDG, ÄK
Diabetologische Schwerpunktpraxis . Naturheilverfahren

Boxbergweg 3 | 66538 Neunkirchen
Telefon 06821 - 140202 | Fax 06821 - 140204
www.diabetes-nk.de

Nachname	Vorname	Geburtsdatum
----------	---------	--------------

Damit wir Sie sicher zum Ziel begleiten können ist es erforderlich, dass Sie eine Zeit lang sorgfältig Tagebuch führen. Besprechen Sie mit Ihrer Diabetesberaterin oder Ihrem Arzt, wie Sie diese Protokollvorlage am besten ausfüllen.

Mahlzeiten	Uhrzeit	BZ-Wert v. Mahlzeit (mg/dL od. /lL)	Insulin/ Spritz- Ess-Abstand	Was/wie viel habe ich gegessen/trunken?	Uhrzeit	BZ-Wert v. Mahlzeit (mg/dL od. /lL)	Wert im Zielbereich Ja/Nein	Falls NEIN: Wie reagiere ich darauf?
Frühstück	7.45	95	8IE Actrapid/15IE Protephan, je 15 Min	1 Weizenbrötchen m. Butter, Marmelade u. Wurst, 100 ml Orangensaft, eine Tasse Kaffee (ca. 4BE)	9.15	165	Nein	Orangensaft weg lassen
Anmerkung	Leichter grippler Infekt mit Halsweh und Kopfschmerzen							

Datum: _____

Frühstück								
(Zwischenmahlzeit)								
Mittagessen								
(Zwischenmahlzeit)								
Abendessen								
(spät)								
Anmerkung								

Mahlzeiten	Uhrzeit	BZ-Wert v. Mahlzeit (mg/dL od. IU)	Insulin/ Spritz- Ess-Abstand	Was/wie viel habe ich gegessen/trunken?	Uhrzeit	BZ-Wert n. Mahlzeit (mg/dL od. IU)	Wert im Zielbereich Ja/Nein	Falls NEIN: Wie reagiere ich darauf?
Datum: _____								
Frühstück								
(Zwischennahlzeit)								
Mittagessen								
(Zwischennahlzeit)								
Abendessen								
(spät)								
Anmerkung								

Datum: _____								
Frühstück								
(Zwischennahlzeit)								
Mittagessen								
(Zwischennahlzeit)								
Abendessen								
(spät)								
Anmerkung								