

Mein Sport-Tagebuch

	Datum	Zeit	Sportart/Distanz/Dauer	Blutzucker (> 250 mg% Ketontest durchführen, falls positiv: in keinem Fall Sport treiben.)	Bolus	BE	IE/BE	VZ	PF	Bemerkung
vor dem Sport										
während des Sports										
direkt nach Beendigung des Sports										
8 - 12 Stunden nach Beendigung der körperlichen Belastung										

IE = Insulineinheit, BE = Broteinheit, VZ = Verzögerungsinsulin, PF= Pulsfrequenz

Quelle: http://www.idaa.de/diabetes_und_sport.html

So erreichen Sie uns:

diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe • Albrechtstr. 9 • 10117 Berlin

Tel.: 030 201 677-0 • info@diabetesde.org • www.diabetesde.org • www.deutsche-diabetes-hilfe.de