

# BLUTZUCKER- TAGEBUCH

für Ihr CONTOUR® XT Blutzuckermessgerät



Ein Service von



**ASCENSIA**  
Diabetes Care

## Richtig Blutzucker messen



**5 Mal  
am Tag  
Blutzucker-  
messen.**



**Blutzucker  
nüchtern und  
vor den Mahl-  
zeiten messen.**



**Hände  
waschen  
und gut  
abtrocknen.**



**Seitlich in  
die Finger-  
kuppe  
stechen.**



**Fingerbeere  
ausstreichen  
und nicht  
quetschen.**



**Lanzette nach  
jeder Messung  
wechseln.**



**Mittel-,  
Ring- oder  
kleinen Finger  
verwenden.**



**Genaues  
Blutzucker-  
Messsystem  
verwenden.**

## Persönliche Daten

Name: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

**In diesem Blutzuckertagebuch und  
in Ihrem CONTOUR® XT Messgerät  
finden Sie verschiedene Symbole:**

Der Blutzuckerwert

Vor dem Essen

Nach dem Essen



Zum Eintragen von Bemerkungen, wie z.B. Blutdruck,  
Hypoglykämien, Aceton-/Ketonwerten, Sport usw.



# Benachrichtigung im Notfall

---

---

---

---

---

---

---

---

## Behandelnder Arzt

Praxisstempel

### Ihr Mahlzeitenplan - Empfohlene BE / KE-Menge pro Tag -

Frühstück: \_\_\_\_\_

Zwischenmahlzeit: \_\_\_\_\_

Mittagessen: \_\_\_\_\_

Zwischenmahlzeit: \_\_\_\_\_

Abendessen: \_\_\_\_\_

Spätmahlzeit: \_\_\_\_\_



---

---

---

Lassen Sie diese Seite von  
Ihrem Arzt ausfüllen.

# Therapie für Ihre Insulinbehandlung

## Zielwerte

morgens \_\_\_\_\_ morgens \_\_\_\_\_ morgens \_\_\_\_\_  
mittags \_\_\_\_\_ mittags \_\_\_\_\_ mittags \_\_\_\_\_  
abends \_\_\_\_\_ abends \_\_\_\_\_ abends \_\_\_\_\_  
spät \_\_\_\_\_ spät \_\_\_\_\_ spät \_\_\_\_\_  
kurz wirkendes Insulin \_\_\_\_\_ HbA1c \_\_\_\_\_  
lang wirkendes Insulin \_\_\_\_\_

## Korrektur-Regeln

morgens \_\_\_\_\_  
mittags \_\_\_\_\_  
abends \_\_\_\_\_  
spät \_\_\_\_\_

## BE / KE-Faktoren

morgens \_\_\_\_\_  
mittags \_\_\_\_\_  
abends \_\_\_\_\_  
spät \_\_\_\_\_  
HbA1c \_\_\_\_\_

Mischinsulin \_\_\_\_\_

Lassen Sie diese Seite  
von Ihrem Arzt ausfüllen.

# Therapie für Ihre Tablettenbehandlung

	morgens	mittags	abends	spät
Medikamente	vor · zu · nach dem Essen	vor · zu · nach dem Essen	vor · zu · nach dem Essen	



\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Lassen Sie diese Seite von  
Ihrem Arzt ausfüllen.

# Blutzuckerwert

# Insulin

Uhrzeit Datum	7:00	8:30									
09.05.	90	145						6	→	schnell wirkendes Insulin	
10.05.	88	142									
11.05.	86	140						14	→	lang wirkendes Insulin	

Beispiel mg/dl













---



---

 **Blutzuckerwert**

**Insulin**

Uhrzeit Datum	 7:00	 8:30								
09.05.	5,0	8,0						 schnell wirkendes Insulin		
10.05.	4,9	7,9					6			
11.05.	4,8	7,8						 lang wirkendes Insulin		
							14			

**Beispiel mmol/l**











---



---

 **Blutzuckerwert**

**Insulin**

Uhrzeit Datum											










---

---

 **Blutzuckerwert**

**Insulin**

Uhrzeit Datum											










---

---



 **Blutzuckerwert**

**Insulin**

Uhrzeit Datum											










---

---

 **Blutzuckerwert**

**Insulin**

Uhrzeit Datum											










---

---

 **Blutzuckerwert**

**Insulin**

Uhrzeit Datum											










---

---

 **Blutzuckerwert**

**Insulin**

Uhrzeit Datum											










---

---

 **Blutzuckerwert**

**Insulin**

Uhrzeit Datum											










---

---

 **Blutzuckerwert**

**Insulin**

Uhrzeit Datum											










---

---

 **Blutzuckerwert**

**Insulin**

Uhrzeit Datum											










---

---

 **Blutzuckerwert**

**Insulin**

Uhrzeit Datum											



---

---



## Jetzt nachbestellen.

Damit Sie Ihre Messergebnisse auch weiterhin lückenlos protokollieren können, sollten Sie jetzt Ihr neues kostenfreies Blutzuckertagebuch anfordern. Ihr CONTOUR® XT Blutzuckertagebuch reicht noch für ca. 4 Wochen.



Schreiben Sie uns eine E-Mail: [info@ascensia.de](mailto:info@ascensia.de)



Bestellen Sie jederzeit online in unserem Servicebereich: [www.diabetes.ascensia.de](http://www.diabetes.ascensia.de)










Rufen Sie unsere kostenfreie Service Hotline an.

**Ascensia Diabetes Service:**  
**0800 / 50 88 822** (kostenfrei)

 **Blutzuckerwert**

**Insulin**

Uhrzeit Datum											










---

---

 **Blutzuckerwert**

**Insulin**

Uhrzeit Datum											










---

---

 **Blutzuckerwert**

**Insulin**

Uhrzeit Datum											










---

---

 **Blutzuckerwert**

**Insulin**

Uhrzeit Datum											



---

---

## Jetzt nachbestellen.

Damit Sie Ihre Messergebnisse auch weiterhin lückenlos protokollieren können, sollten Sie jetzt Ihr neues kostenfreies Blutzuckertagebuch anfordern.



Schreiben Sie uns eine E-Mail: [info@ascensia.de](mailto:info@ascensia.de)



Bestellen Sie jederzeit online in unserem Servicebereich: [www.diabetes.ascensia.de](http://www.diabetes.ascensia.de)



Rufen Sie unsere kostenfreie Service Hotline an.

**Ascensia Diabetes Service:**  
0800 / 50 88 822 (kostenfrei)

# FÜR SIE DA.

## DER ASCENSIA DIABETES SERVICE.

### ✓ Beratung für Sie

Unsere freundlichen Mitarbeiter/-innen im Ascensia Diabetes Service sind spezialisierte Berater/-innen für Medizinprodukte und helfen Ihnen gerne weiter.

### ✓ Gratis für Sie

Einmal im Jahr können Sie kostenfreie Batterien für Ihr Ascensia Blutzuckermessgerät anfordern.

### ✓ Einfach mehr Service für Sie

Ascensia bietet Ihnen viele kostenfreie Service-Artikel, z. B. unsere Ascensia Ernährungspyramide – sie zeigt wie gesunde Ernährung aussieht.

Jetzt online  
bestellen



**Ascensia Diabetes Service:**

**0800 / 50 88 822** (kostenfrei)

[info@ascensia.de](mailto:info@ascensia.de) | [www.diabetes.ascensia.de](http://www.diabetes.ascensia.de)



Ascensia Diabetes Care Deutschland GmbH  
Ascensia Diabetes Service  
51355 Leverkusen