
































































































# Gruppe B – VOR der Sporteinheit

1-2 mal pro Woche á 45 min Sport und 4-8% der Zeit unter 70 mg/dl

-  Kein Sport
-  Leichter Sport
-  Jeder Sport
-  \*HIT Bei Intensivsport
-  Insulinkorrektur
-  Kohlenhydrate
-  Warten bis ca. 90 mg/dl  
Trend gleich/oben
-  \*IN Individuelle Dosierung







































































Blutzuckerwerte	Trendpfeil	Empfehlung bei erwartetem Anstieg		Empfehlung bei erwarteter Senkung
>270 mg/dl Ketone: > 1,5 mmol/l	    			
>270 mg/dl	  	 50%		 50% 
	 			
199-270 mg/dl	 	 HIT*		
		 50%		
	 			
145-198 mg/dl	  			
	 		 1,5 KE 	
90-144 mg/dl	 			 1,5 KE 
		 1,0 KE 	 2,0 KE 	
		 1,5 KE  	 2,5 KE  	
		 2,0 KE  	 3,0 KE  	
70-89 mg/dl		 1,0 KE 	 2,0 KE  	
		 1,5 KE  	 2,5 KE  	
		 2,0 KE  	 3,0 KE  	
		 2,5 KE  	 3,5 KE  	
		 IN*  		
<70 mg/dl		 IN*  		

! Dies ist nur eine für mich interpretierte, visuelle Aufbereitung. Bitte bei Anwendungsinteresse das Paper lesen und mit dem Arzt sprechen  
Othmar Moser: Diabetologia (2020) 63:2501–2520

# Gruppe B – WÄHREND der Sporteinheit

1-2 mal pro Woche á 45 min Sport und 4-8% der Zeit unter 70 mg/dl

-  Kein Sport
-  Leichter Sport
-  Jeder Sport
-  Insulinkorrektur
-  Kohlenhydrate
-  Warten bis ca. 90 mg/dl  
Trend gleich/oben
- \*IN Individuelle Dosierung

Blutzuckerwerte	Trendpfeil	Empfehlung bei erwartetem Anstieg		Empfehlung bei erwarteter Senkung
>270 mg/dl Ketone: > 1,5 mmol/l	    			
>270 mg/dl	 	 50% 		
		 50% 		
	 			
199-270 mg/dl	    	 50% 		
	 			
145-198 mg/dl	    			
70-145 mg/dl	 			
		 1,0 KE 		 1,5 KE 
		 1,5 KE 		 2,5 KE 
		 2,0 KE 		 3,5 KE 
54-70 mg/dl	    	  IN* KE  		
<54 mg/dl	    	  IN* KE		

! Dies ist nur eine für mich interpretierte, visuelle Aufbereitung. Bitte bei Anwendungsinteresse das Paper lesen und mit dem Arzt sprechen  
Othmar Moser: Diabetologia (2020) 63:2501–2520


# Gruppe B – NACH der Sporteinheit

1-2 mal pro Woche á 45 min Sport und 4-8% der Zeit unter 70 mg/dl

-  Kein Sport
-  Leichter Sport
-  Jeder Sport
-  Insulinkorrektur
-  Kohlenhydrate
-  Warten bis ca. 90 mg/dl
-  Trend gleich/oben
-  \*IN Individuelle Dosierung

Blutzuckerwerte	Trendpfeil	Empfehlung
<90 mg/dl	 	
		 1,0 KE
		 1,5 KE
		 IN* KE

www.zucker-im-tank.de

 Dies ist nur eine für mich interpretierte, visuelle Aufbereitung. Bitte bei Anwendungsinteresse das Paper lesen und mit dem Arzt sprechen  
Othmar Moser: Diabetologia (2020) 63:2501-2520