

Contour
Evolving with you

Contour®

BLUTZUCKERTAGEBUCH



Ein Service von

ASCENSIA
Diabetes Care

Richtig Blutzucker messen mit Ihrem CONTOUR® Messgerät



2-7 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.



Genaueres
Blutzucker-
Messsystem
verwenden.



Wert dokumentieren:
Automatisch mit der CONTOUR®DIABETES App
oder Eintragung in ein Blutzuckertagebuch.

Persönliche Daten

Name: _____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

Telefon: _____

In diesem Blutzuckertagebuch und
in Ihrem CONTOUR® 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 _____
mittags _____ mittags _____
abends _____ abends _____
spät _____ spät _____

kurz wirkendes Insulin _____
lang wirkendes Insulin _____
Mischinsulin _____

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						 6  14	schnell wirkendes Insulin	
10.05.	4,9	7,9								
11.05.	4,8	7,8								

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											



 **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											



Sie benötigen ein neues Blutzuckertagebuch?

Fragen Sie Ihren Arzt oder laden Sie Ihr
neues Tagebuch kostenfrei aus unserem
Downloadcenter:



[www.diabetes.ascensia.de/
service/bestellcenter/](http://www.diabetes.ascensia.de/service/bestellcenter/)

Sie möchten Ihre Werte automatisch dokumentieren?








Wechseln Sie zur CONTOUR®DIABETES App!
Kein handgeschriebenes Tagebuch mehr
nötig. Hier informieren und downloaden:



[https://www.diabetes.ascensia.de/
produkte/contour-diabetes-app/](https://www.diabetes.ascensia.de/produkte/contour-diabetes-app/)

 **Blutzuckerwert**

Insulin

Uhrzeit Datum											





Blutzuckerwert








Insulin

Uhrzeit Datum											



 **Blutzuckerwert**








Insulin

Uhrzeit Datum											



 **Blutzuckerwert**

Insulin

Uhrzeit Datum											



Sie benötigen ein neues Blutzuckertagebuch?

Fragen Sie Ihren Arzt oder laden Sie Ihr
neues Tagebuch kostenfrei aus unserem
Downloadcenter:



[www.diabetes.ascensia.de/
service/bestellcenter/](http://www.diabetes.ascensia.de/service/bestellcenter/)

Sie möchten Ihre Werte automatisch dokumentieren?

Wechseln Sie zur CONTOUR®DIABETES App!
Kein handgeschriebenes Tagebuch mehr
nötig. Hier informieren und downloaden:



[https://www.diabetes.ascensia.de/
produkte/contour-diabetes-app/](https://www.diabetes.ascensia.de/produkte/contour-diabetes-app/)

IMMER 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.

✓ Online mehr Service für Sie

Entdecken Sie unser Downloadcenter mit
hilfreichen Informationen, z. B. zum Thema Ernährung
und rund um die CONTOUR® Blutzuckermessgeräte –
kostenfrei und immer verfügbar.



[www.diabetes.ascensia.de/service/
bestellcenter/](http://www.diabetes.ascensia.de/service/bestellcenter/)

Wir kümmern uns um Ihre Fragen.

Ascensia Diabetes Service:
0800 / 50 88 822 (kostenfrei)
info@ascensia.de
www.diabetes.ascensia.de



Ascensia Diabetes Care Deutschland GmbH
Ascensia Diabetes Service
51355 Leverkusen

Wir kümmern uns um Ihre Fragen.

Ascensia Diabetes Service:
0800 / 50 88 822 (kostenfrei)
info@ascensia.de
www.diabetes.ascensia.de

