

Praktische Durchführung der Basalratenüberprüfung:

- Tag 1 -kein Frühstück essen, bis zum Mittag stündlich Blutzuckerkontrollen durchführen
- Tag 2 -nach dem Frühstück keine Zwischenmahlzeit mehr essen, kein Mittagessen, ab Mittag bis zum Abendessen stündlich Blutzuckerkontrollen durchführen
- Tag 3 -nach dem Mittag keine Zwischenmahlzeit am Nachmittag essen, kein Abendessen, ab Abendessen bis zum Schlafengehen stündlich Blutzuckerkontrollen durchführen
- Tag 4 -nach dem Abendessen nichts mehr essen, in der Nacht alle 2 Stunden Blutzuckerkontrollen durchführen.

-
- Der Basalratentest sollte frühestens 4 Stunden nach der letzten Mahlzeit und Bolusgabe beginnen
 - **Das Basalinsulin / die Basalrate (Pumpe) sollten unverändert gegeben werden.**
 - **Zur Zeit der Austestung sollte kein schnellwirksames Insulin gegeben werden.**
 - Hormonelle Einflüsse während des Menstruationszyklus wirken sich bei einigen Frauen besonders deutlich aus. So nimmt in der Phase nach dem Eisprung der Insulinbedarf allmählich zu und mit Einsetzen der Regelblutung wieder ab. Ein Basalratentest sollte daher möglichst nicht während der Regelblutung durchgeführt werden.
 - Der Ausgangsblutzucker für einen Basalratentest sollte zwischen 80 und 180mg/dl liegen. Liegt der Blutzuckerwert außerhalb dieses Bereichs, kann kein Test durchgeführt werden.
 - Blutzuckermessungen erfolgen stündlich (nachts nur alle 2 Stunden)
 - Während des Tests darf Wasser und Tee getrunken werden und wenn der Hunger zu groß wird, darf Gemüse gegessen werden.
 - Der Basalratentests sollte immer auf mehrere Tage verteilt werden (nicht einen ganzen Tag hungern und messen), da sonst der Hungerstoffwechsel einsetzt mit Ketonkörperbildung, welche die Insulinwirkung deutlich abschwächt.
 - Größere oder ausdauernde körperliche Belastung sollte während des Tests vermieden werden.
 - Steigt der Blutzucker innerhalb der Messungen deutlich an oder sinkt er deutlich ab (um mehr als 50mg/dl) ist dies ein Zeichen dafür, dass die Basalrate geändert werden muss.
 - Bei einer Unterzuckerung während des Tests oder einem Blutzuckeranstieg über 250mg/dl sollte der Test sofort abgebrochen werden.

Nicht durchgeführt werden darf ein Basalratentest:

- Nach einer Unterzuckerung
- Nach einer ketoazidotischen Entgleisung
- Nach Alkoholkonsum
- Während eines akuten Infekts