



MEHR ZEIT FÜR DAS LEBEN.

DIABETES-COACHING
THERAPIE-ANALYSE
CGM-KOMPETENZ-CENTER
T1-DIABETES-TRAINING

meVITA
MENSCH ERNÄHRUNG VITA

www.mevita.de

DIA-AID live: Warum passt es nicht?

Das Blutzuckerchaos endlich in den Griff kriegen!



Blutzuckerchaos & die

Quittung am Endes Tages

- **Wirkdauer Insulin im Bolusrechner / Kopf**
- **aus der Basalrate**
- **aus Bolusfaktoren**
- **aus Korrekturfaktoren**
- **aus „Wutbolus“ – „blinde Bolusgaben“**
- **aus „wilden temporären Basalratenanhebungen“**
- **unbekannte Mahlzeiten / falsche Berechnung der KH**

Wirkdauer von analogen Insulinen

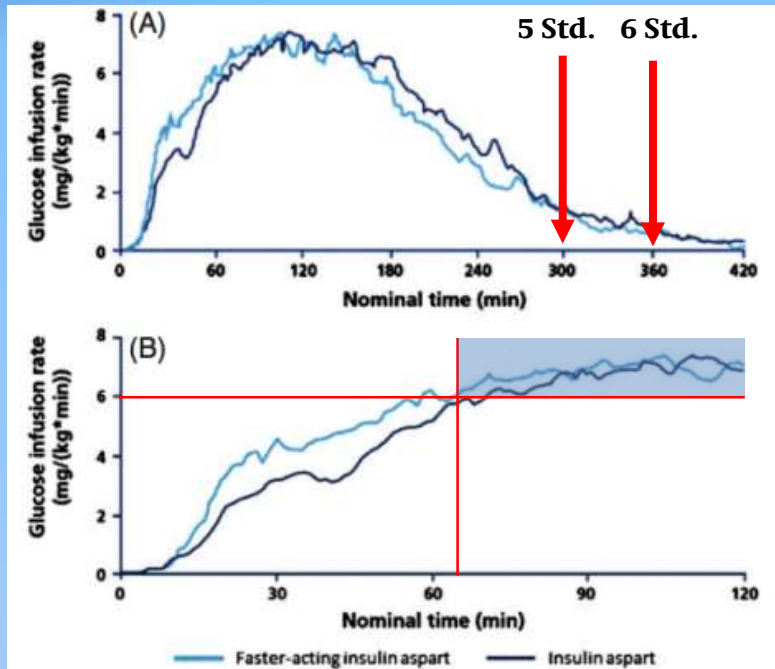
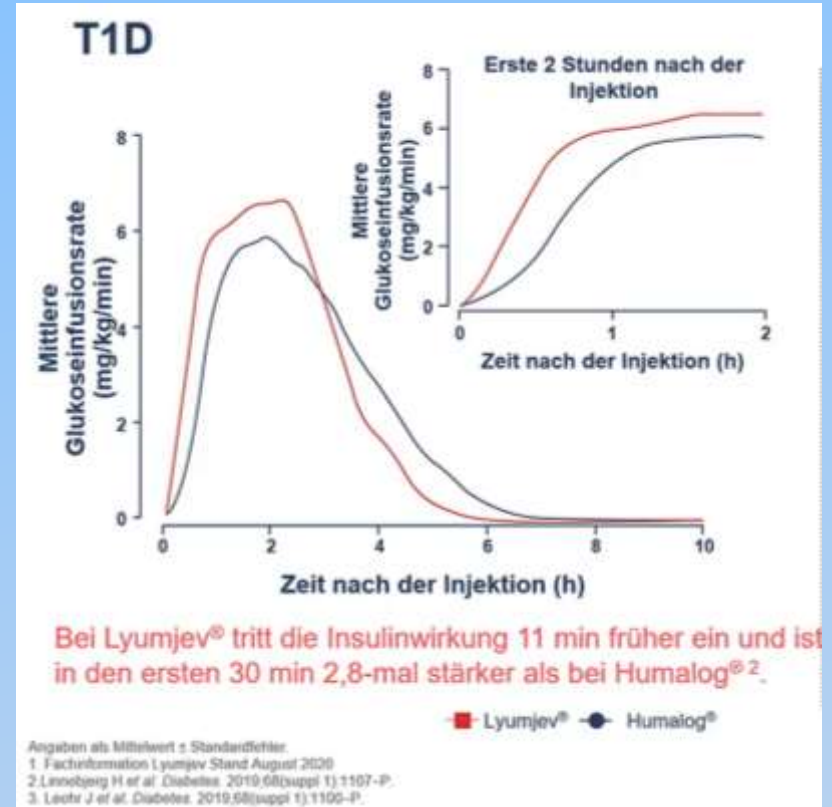
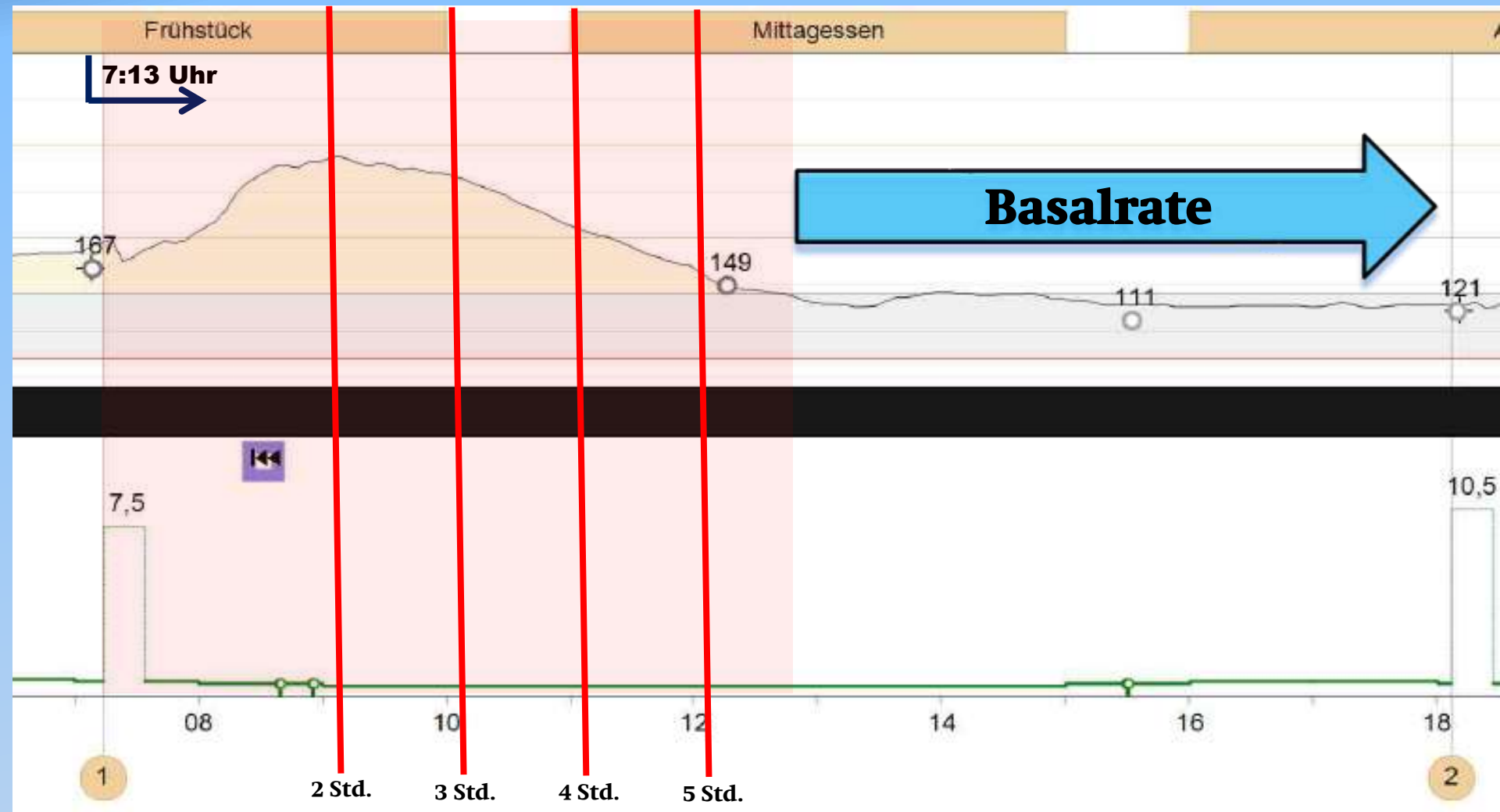


Figure 2. Glucose-lowering effect (raw mean glucose infusion rate profiles) of faster-acting insulin aspart and insulin aspart from (A) 0–7 h and (B) 0–2 h (early phase).



Wirkdauer im CGM



Basale Versorgung muss stimmen !

Jugendliche/Erwachsene ab 12 Jahren



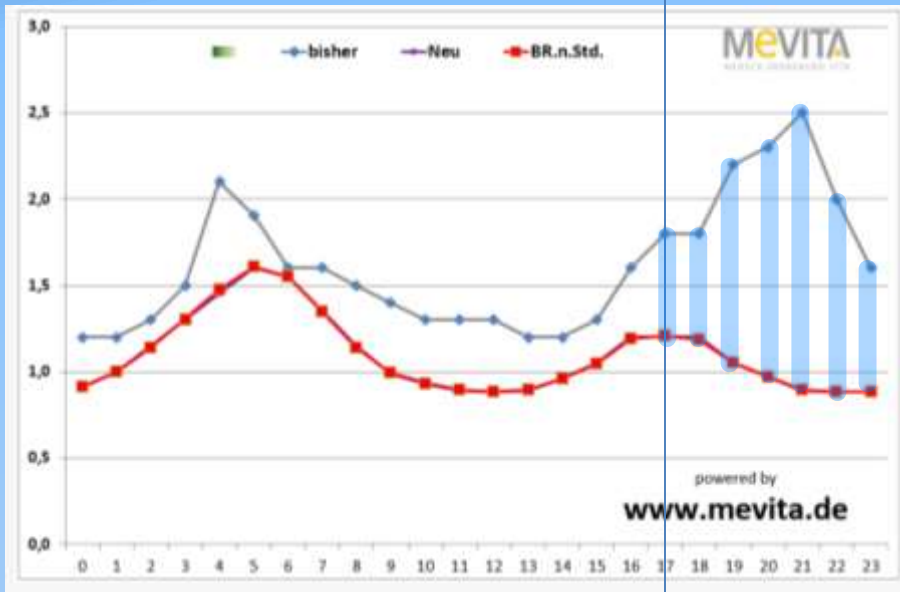
Kinder 6-11 Jahre



Kleinkinder 1-5 Jahre



Übersversorgung der Basalrate



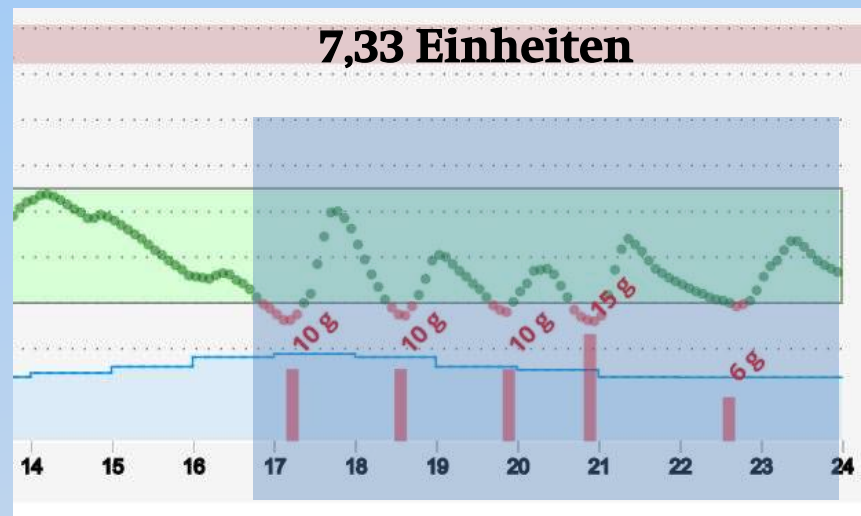
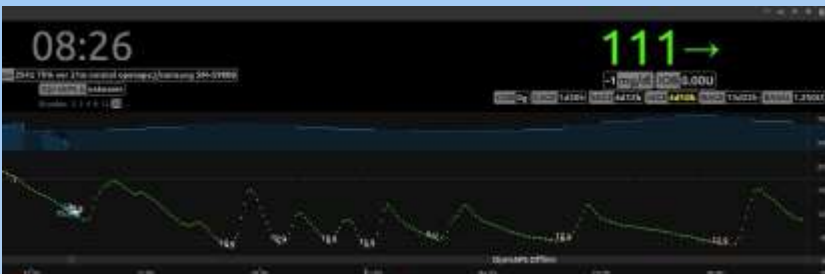
17-23 Uhr

ALT - 14,2 Einheiten

NEU - 7,07 Einheiten

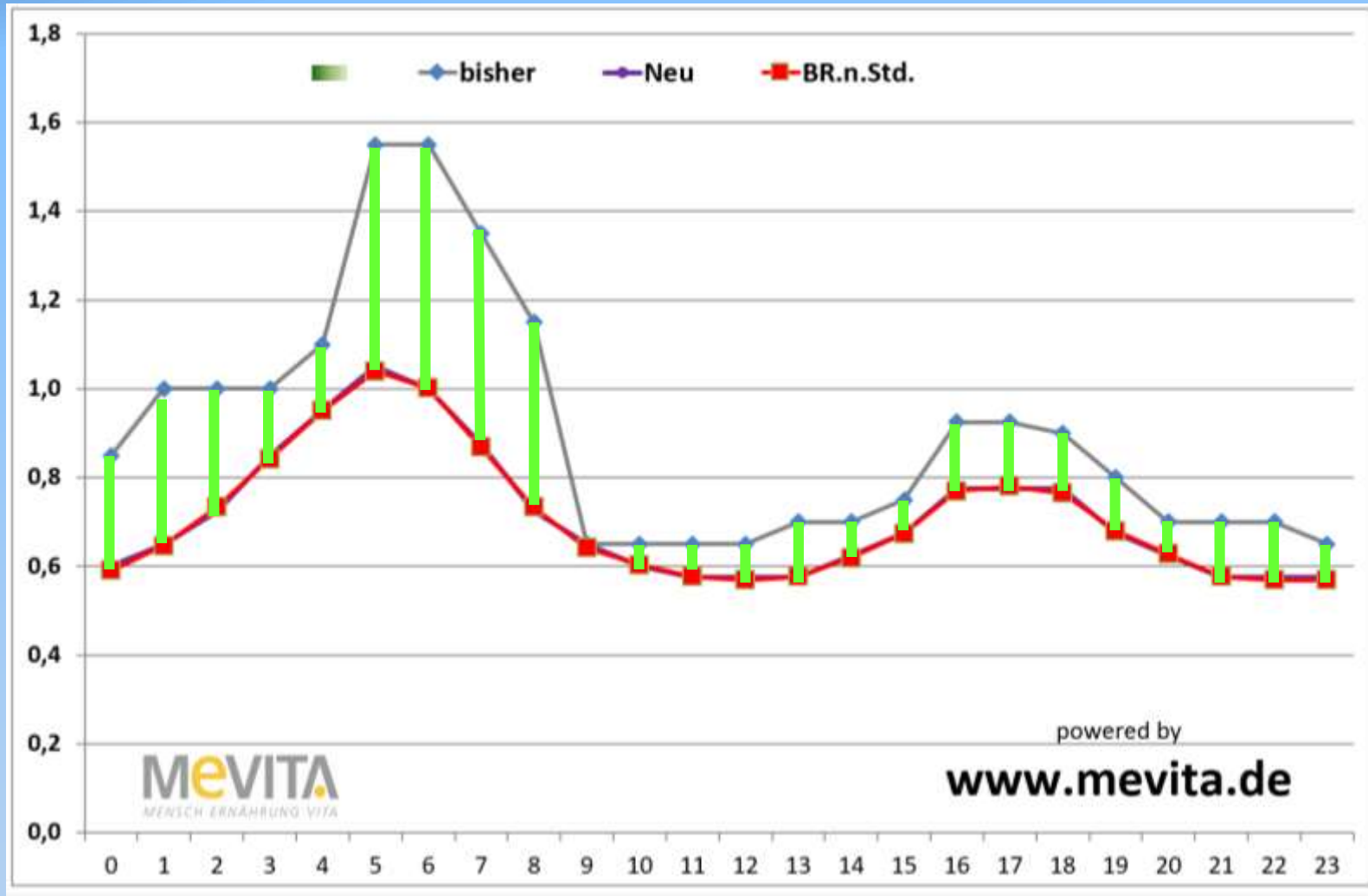


7,33 Einheiten

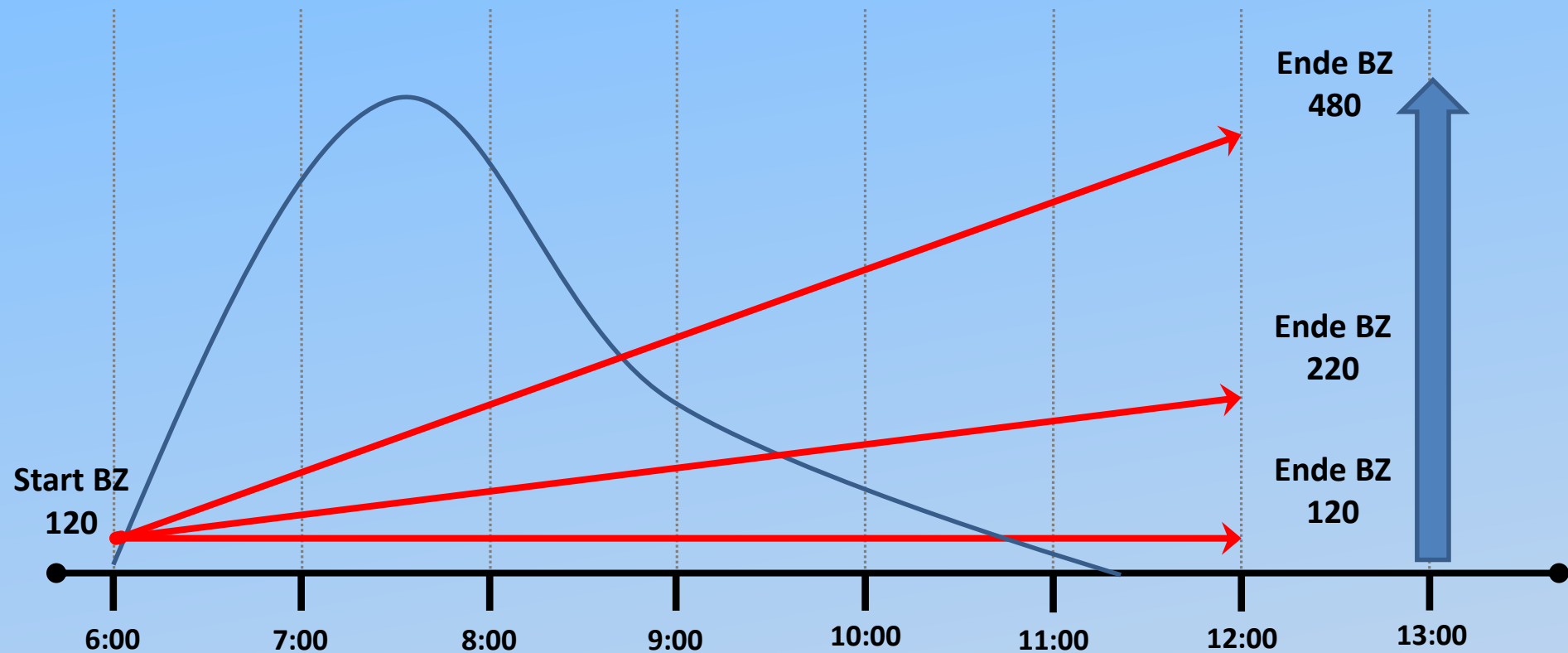


51gKH

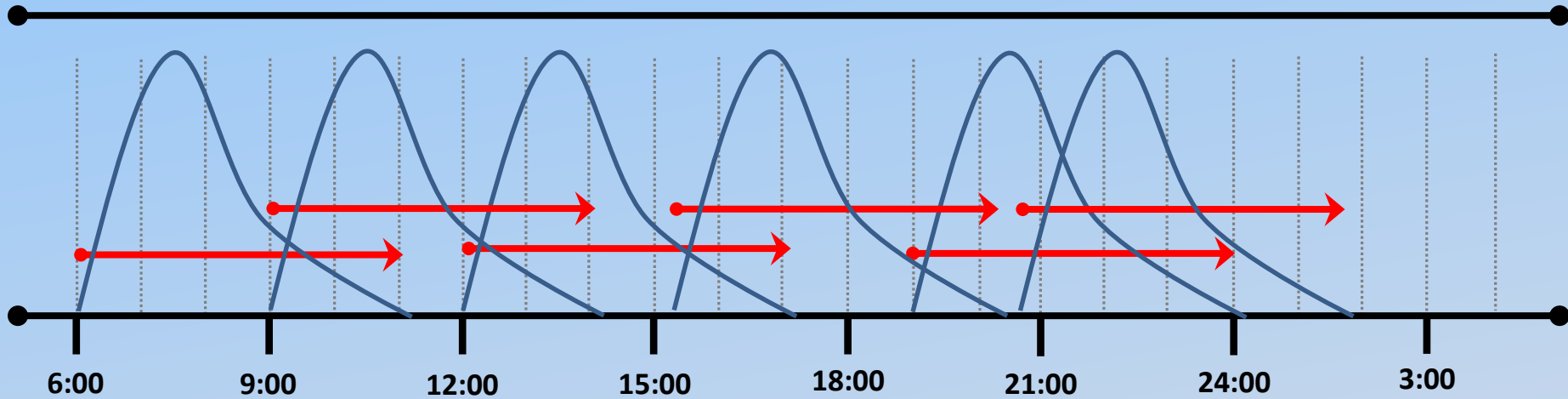
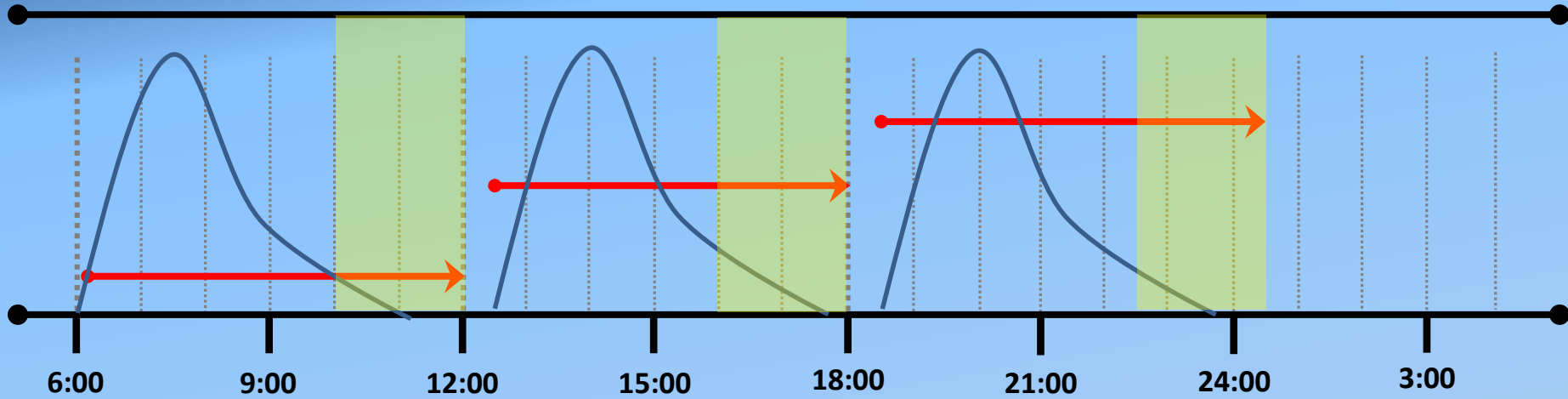
Rüdiger's Abend-Käseschnitzel



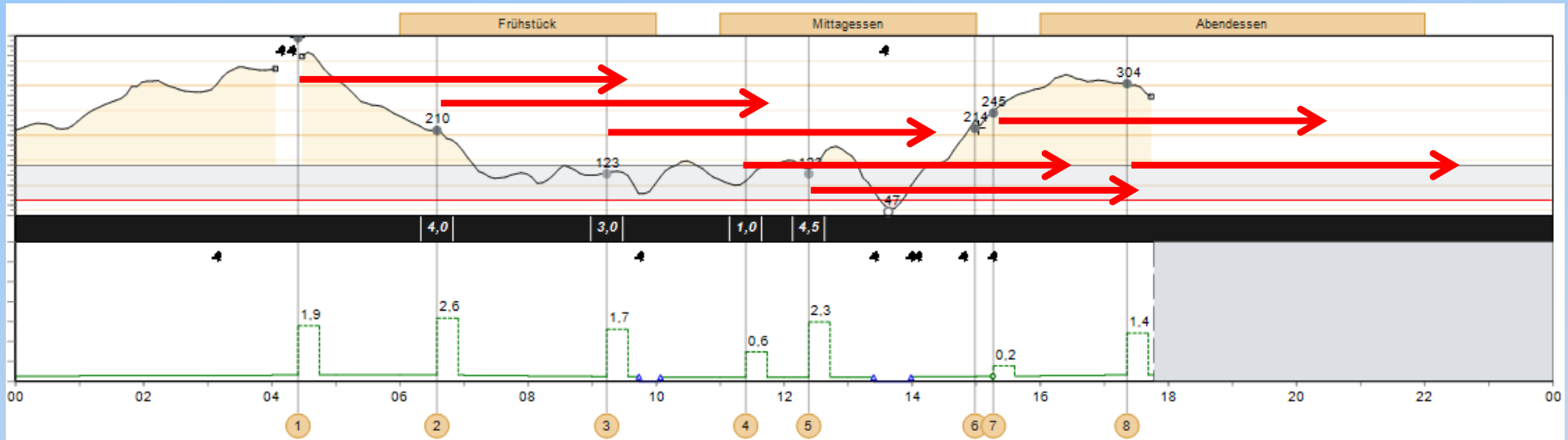
Mahlzeiten Faktor sauber getestet



Essensfaktoren passen nicht!



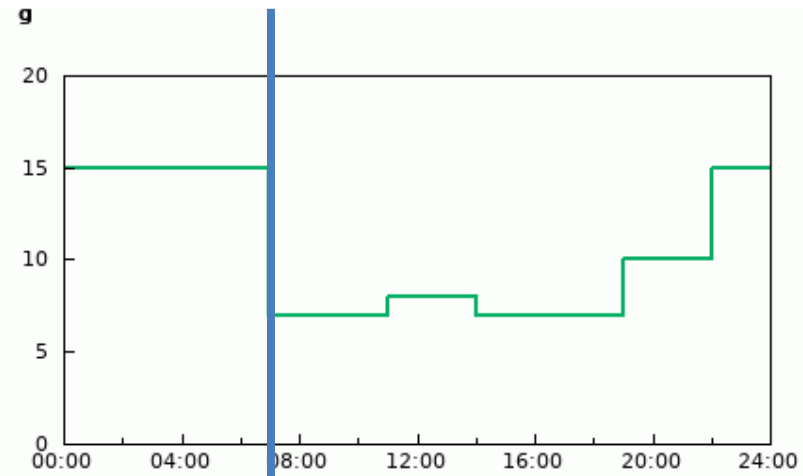
Quittung am Ende der letzten Bolusgabe



Fehlerquelle Zeitfenster Essensfaktoren

I:C Verhältnis Einstellungen

Intervall	Start	1 U: [g]
1	00:00:00	15
2	07:00:00	7
3	11:00:00	8
4	14:00:00	7
5	19:00:00	10
6	22:00:00	15

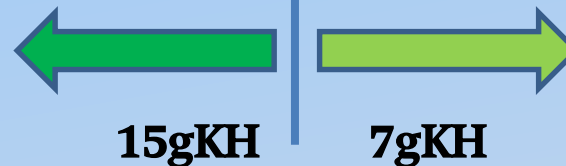


Beispiel Frühstück

Müsli + Milch + Obst 70gKH

6:57 Uhr - 4,66 Einheiten

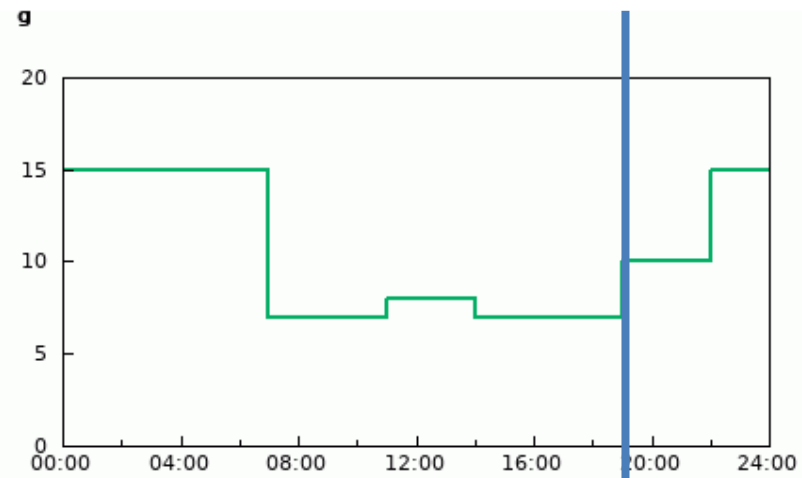
7:02 Uhr – 10,00 Einheiten



Fehlerquelle Zeitfenster Essensfaktoren

I:C Verhältnis Einstellungen

Intervall	Start	1 U: [g]
1	00:00:00	15
2	07:00:00	7
3	11:00:00	8
4	14:00:00	7
5	19:00:00	10
6	22:00:00	15



Beispiel Abendessen

Pizza 120gKH

18:57 Uhr - 17,14 Einheiten

19:02 Uhr - 12,00 Einheiten

Unterschiedliche Insulinempfindlichkeit im 24 Stunden Verlauf

Zeitfenster festlegen im Bolusrechner

Kohlenhydratfaktor (g/l.E.)			Korrekturfaktor (mg/dl/l.E.)			Ziel-Blutzucker (mg/dl)			
Zeit	Verhältnis		Zeit	K-Faktor		Zeit	Niedr.	Hoch	



Jugendliche/Erwachsene ab 12 Jahren

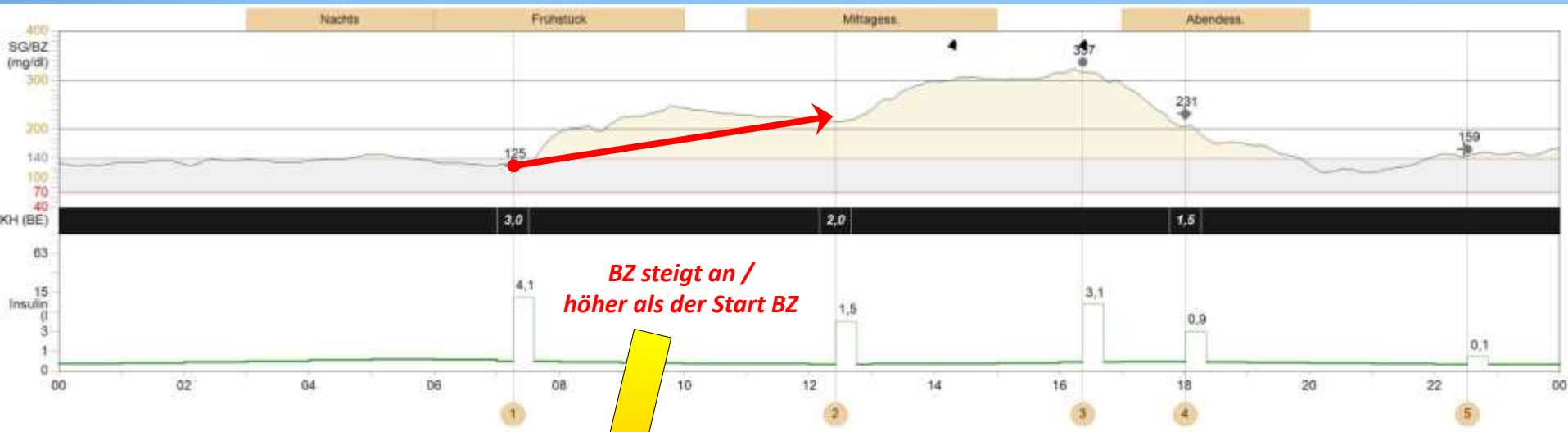


Kinder 6-11 Jahre



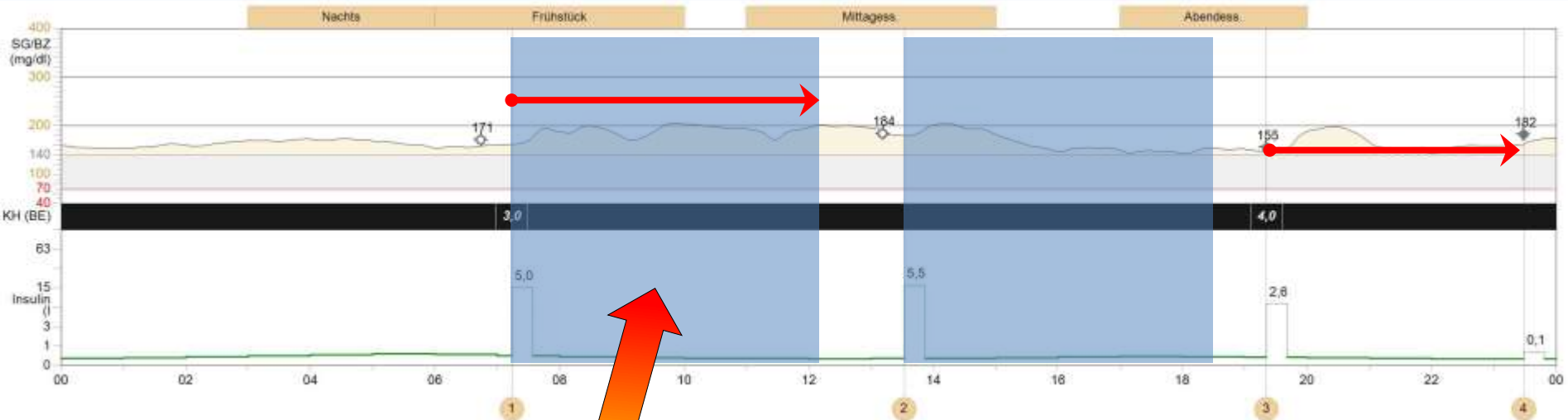
Kleinkinder 1-5 Jahre

Faktor zu niedrig



*BZ steigt an /
höher als der Start BZ*

Bolus-Ereignisse					
Bolus-Ereignis	1	2	3	4	5
Zeit	07:15		16:22	18:00	22:31
Bolustyp	Normal		Normal	Normal	Normal
Normalbolus (I.E.)	4,05		3,08	0,900	0,125
+ verlängerter Bolus (I.E., h:mm)	--		--	--	--
Empfohlener Bolus (I.E.)	4,05	1,50	3,08	0,900	0,125
Abweichung (I.E.)	--		--	--	--
KH (BE)	3,0	2,0	--	1,5	--
KH-Faktor-Einstell. (I.E./BE)	1,4	0,8	1,1	0,6	0,6
Mahlzeitenbolus (I.E.)	4,05	1,50	--	0,900	--
BZ (mg/dl)	125	--	337	231	159
Ziel-BZ-Einstellung (mg/dl)	90 - 140	90 - 140	90 - 140	90 - 140	90 - 140
Korrekturfaktor (mg/dl/I.E.)	60	60	60	75	90
Korrekturbolus (I.E.)	--	--	3,28	1,20	0,200
Aktives Insulin (I.E.)	--	--	0,200	2,15	0,075



Bolus-Ereignisse	
Bolus-Ereignis	1
Zeit	07:14
Bolustyp	Normal
Normalbolus (I.E.)	4,95
+ verlängerter Bolus (I.E., h:mm)	--
Empfohlener Bolus (I.E.)	4,95
Abweichung (I.E.)	--
KH (BE)	3,0
KH-Faktor-Einstell. (I.E./BE)	1,7
Mahlzeitenbolus (I.E.)	4,95
BZ (mg/dl)	--
Ziel-BZ-Einstellung (mg/dl)	90 - 140
Korrekturfaktor (mg/dl/I.E.)	60
Korrekturbolus (I.E.)	--
Aktives Insulin (I.E.)	--

Bolus-Ereignisse	
Bolus-Ereignis	2
Zeit	13:31
Bolustyp	Normal
Normalbolus (I.E.)	5,50
+ verlängerter Bolus (I.E., h:mm)	--
Empfohlener Bolus (I.E.)	--
Abweichung (I.E.)	--
KH (BE)	--
KH-Faktor-Einstell. (I.E./BE)	--
Mahlzeitenbolus (I.E.)	--
BZ (mg/dl)	--
Ziel-BZ-Einstellung (mg/dl)	--
Korrekturfaktor (mg/dl/I.E.)	--
Korrekturbolus (I.E.)	--
Aktives Insulin (I.E.)	--

Bolus-Ereignisse	
Bolus-Ereignis	3
Zeit	19:20
Bolustyp	Normal
Normalbolus (I.E.)	2,60
+ verlängerter Bolus (I.E., h:mm)	--
Empfohlener Bolus (I.E.)	2,60
Abweichung (I.E.)	--
KH (BE)	4,0
KH-Faktor-Einstell. (I.E./BE)	0,6
Mahlzeitenbolus (I.E.)	2,40
BZ (mg/dl)	156
Ziel-BZ-Einstellung (mg/dl)	90 - 140
Korrekturfaktor (mg/dl/I.E.)	75
Korrekturbolus (I.E.)	0,200
Aktives Insulin (I.E.)	--

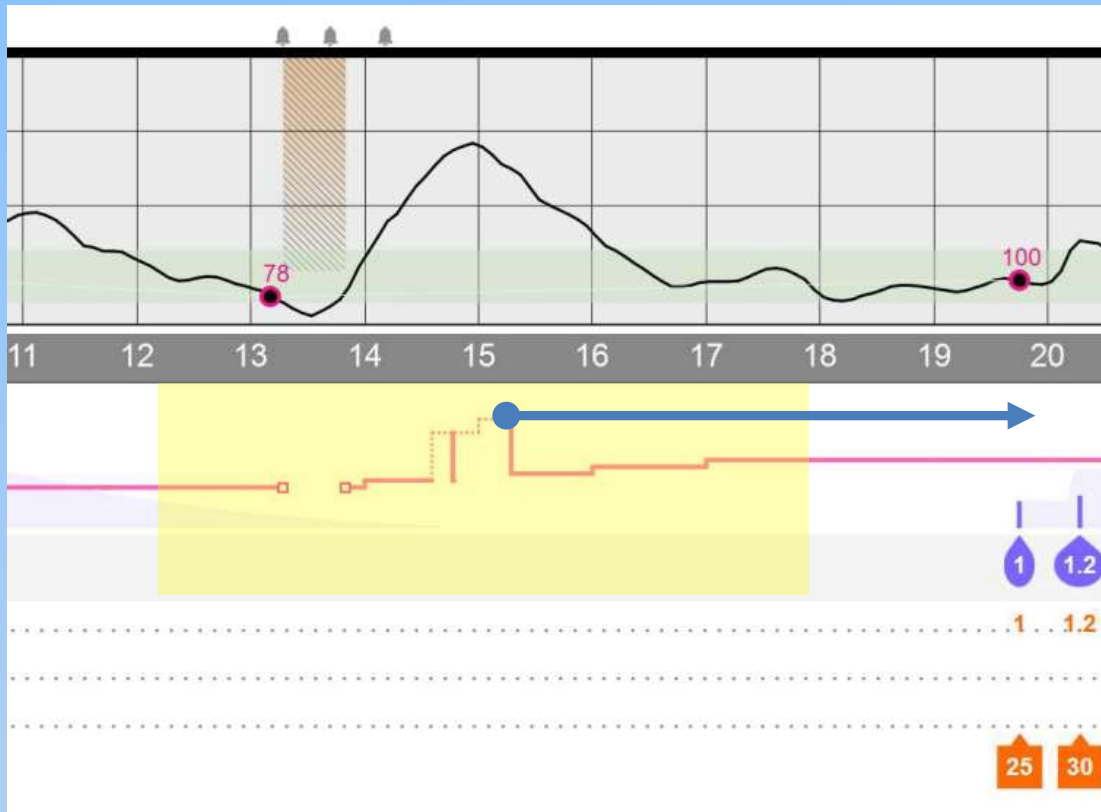
Beseitigung der Quittung



Bolus-Ereignisse					
Bolus-Ereignis	1	2	3	4	5
Zeit	01:19	06:29	07:59	13:39	22:57
Bolustyp	Normal	Normal	Normal	Normal	Normal
Normalbolus (I.E.)	3,00	2,40	3,00	3,40	2,00
+ verlängerter Bolus (I.E., h:mm)	-	-	-	-	-
Empfohlener Bolus (I.E.)	0,800	2,40	3,00	3,40	2,00
Abweichung (I.E.)	2,20	-	-	-	-
KH (BE)	-	-	2,5	2,0	-
KH-Faktor-Einstell. (I.E./BE)	1,0	1,0	1,2	1,1	1,0
Mahlzeitenbolus (I.E.)	-	-	3,00	2,20	-
BZ (mg/dl)	291	252	-	191	240
Ziel-BZ-Einstellung (mg/dl)	110 - 140	90 - 130	90 - 130	90 - 130	110 - 140
Korrekturfaktor (mg/dl/I.E.)	60	50	50	50	50
Korrekturbolus (I.E.)	2,50	2,40	-	1,20	2,00
Aktives Insulin (I.E.)	1,70	-	1,80	-	-

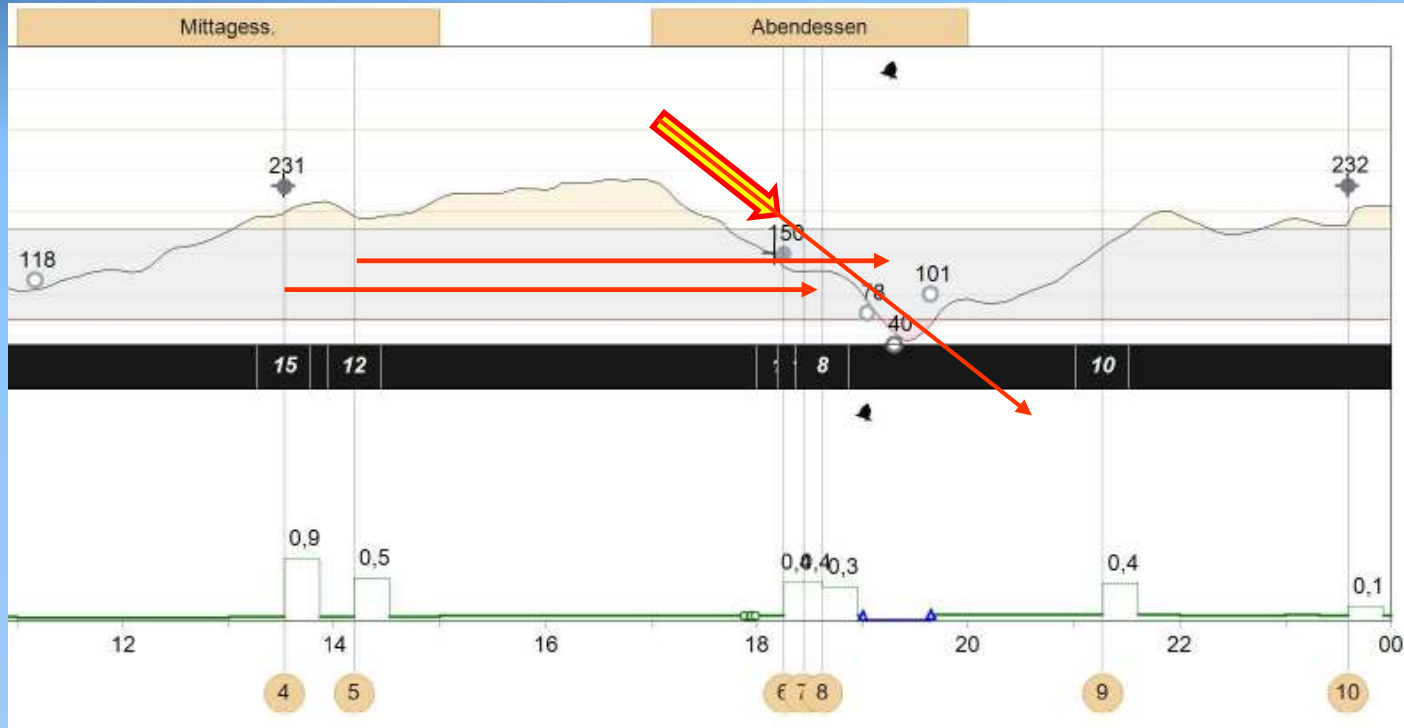
Korrektur war eigentlich Insulin für die Mahlzeit

Korrektur mit temp. Basalrate



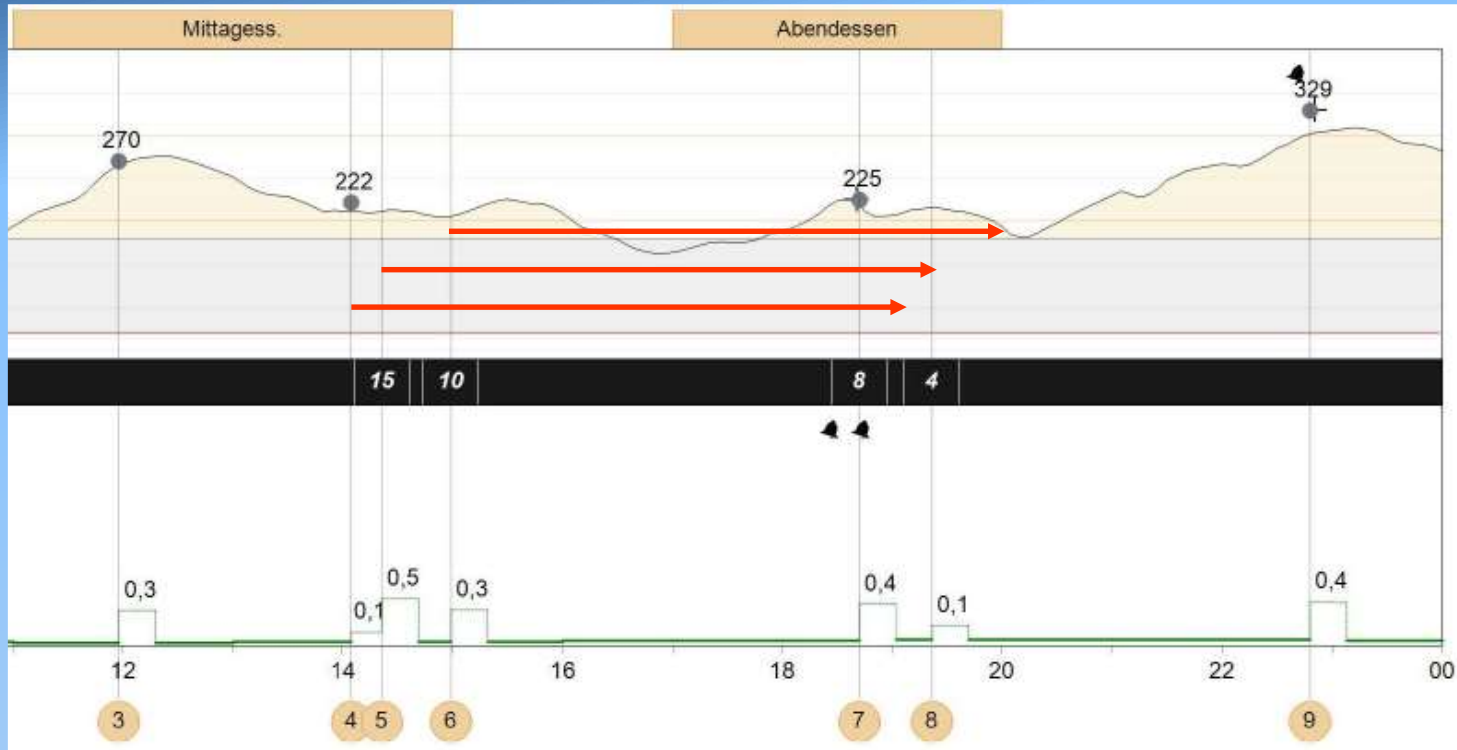
Insulingefüge ändert sich für die kommenden 5 Stunden

Sonntag 19.07.2020



4	5	6	7	8	9
13:31	14:11	18:14	18:26	18:36	21:16
Normal	Normal	Normal	Normal	Normal	Normal
0,850	0,450	0,375	0,375	0,300	0,350
--	--	--	--	--	--
0,850	0,450	0,375	0,375	0,300	0,350
--	--	--	--	--	--
15	12	10	10	8	10
26,0	26,0	26,0	26,0	26,0	26,0
0,575	0,450	0,375	0,375	0,300	0,350
231	--	150	--	--	--
100 - 110	100 - 110	110 - 120	110 - 120	110 - 120	110 - 120
350	350	400	400	400	400
0,325	--	0,075	--	--	--
0,050	0,625	0,125	0,425	0,600	0,400

Samstag 18.07.2020



3	4	5	6	7	8
11.57	14.04	14.21	14.59	18.41	19.21
Normal	Normal	Normal	Normal	Normal	Normal
0,325	0,075	0,500	0,325	0,400	0,125
--	--	--	--	--	--
0,325	0,075	0,500	0,325	0,400	0,125
--	--	--	--	--	--
--	--	15	10	8	4
28,0	32,0	30,0	30,0	29,0	29,0
--	--	0,500	0,325	0,275	0,125
270	222	--	--	225	--
100 - 110	100 - 110	100 - 110	100 - 110	110 - 120	110 - 120
375	375	375	375	400	400
0,425	0,275	--	--	0,250	--
0,100	0,200	0,250	0,650	0,125	0,400

Kohlenhydrate sollten richtig berechnet sein

Umfrage bei Facebook Diabetes Typ1 Gruppe

Wie berechnet Ihr Nudeln

➔ Über 90% der Antworten bezogen sich auf gekochte Nudeln

➔ 30g Nudeln enthalten 12gKH / 1BE / 1 KE

bis hin zu

➔ 90g Nudeln enthalten 12gKh / 1BE / 1KE

Penne Mezzane Rigate / Rewe



Rohgewicht - 50g

100g Nudel - 70,70g Kohlenhydrate

50g Nudel - 35,35g Kohlenhydrate



8min. gekocht - 104g

104g - 35,35g Kohlenhydrate

auf Basis von 45gNudel /12g gekocht - 27,73g KH

auf Basis von 60gNudel/12g gekocht - 20,80g KH



11min. - 114g

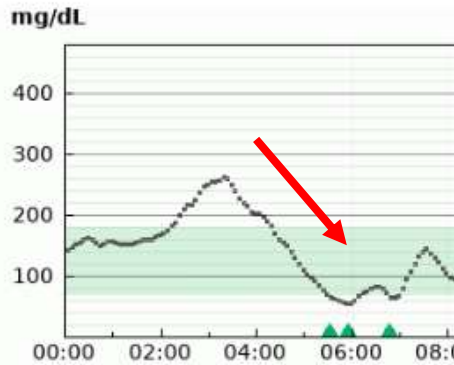
114g - 35,35g Kohlenhydrate

auf Basis von 45gNudel /12g gekocht - 30,40g KH

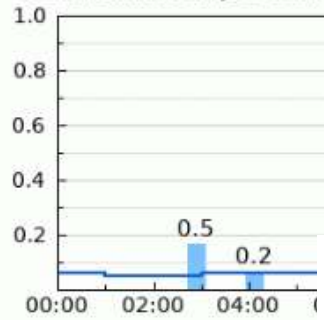
auf Basis von 60gNudel/12g gekocht - 22,80g KH

Datenreflexion

Freitag 13/1



Basal (Einheiten pro Std)

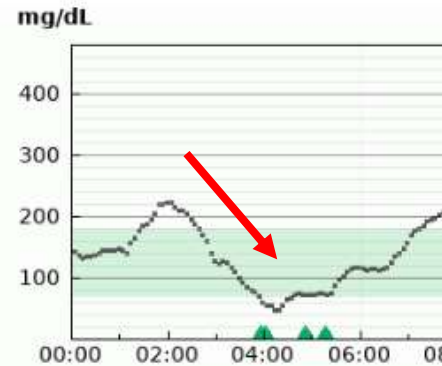


Bolus	
Zeit	U
02:55	0.50
(Korr:	0.40)
Abgeändert	
(Vorgeschlagen:	0.40)
04:08	0.20
08:45	0.70

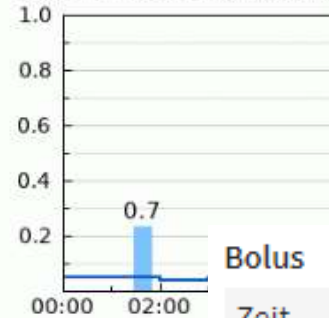
+ 0,1

+ 0,2

Samstag 14/1



Basal (Einheiten pro Std)



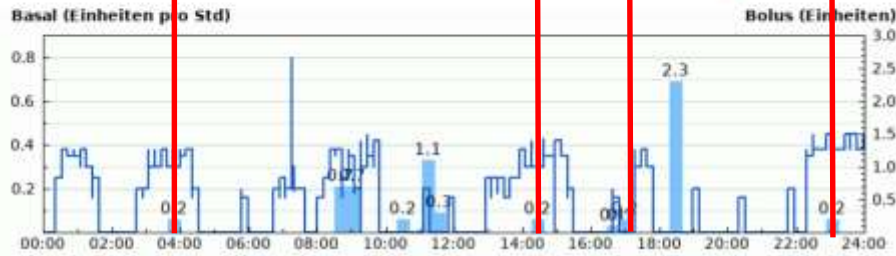
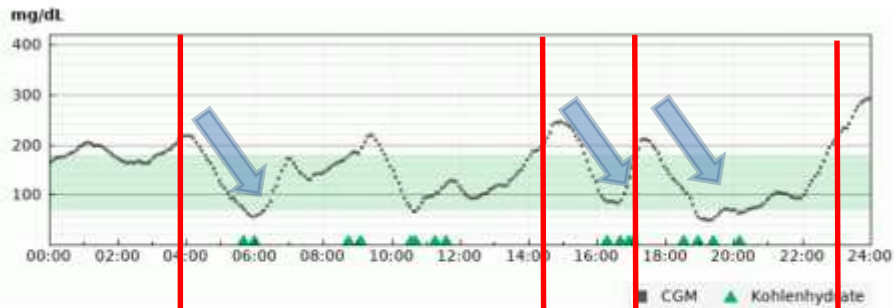
Bolus

Bolus	
Zeit	U
01:40	0.70
(Korr:	0.30)
Abgeändert	
(Vorgeschlagen:	0.30)

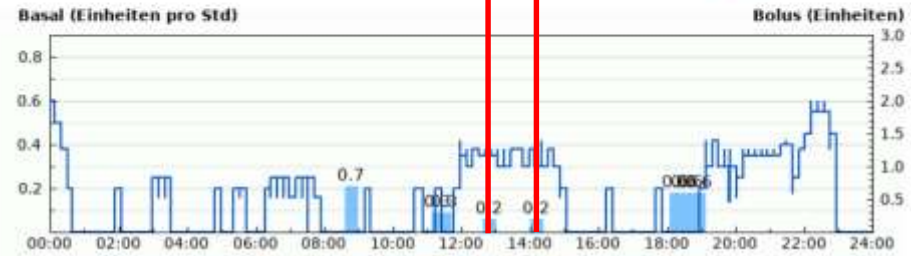
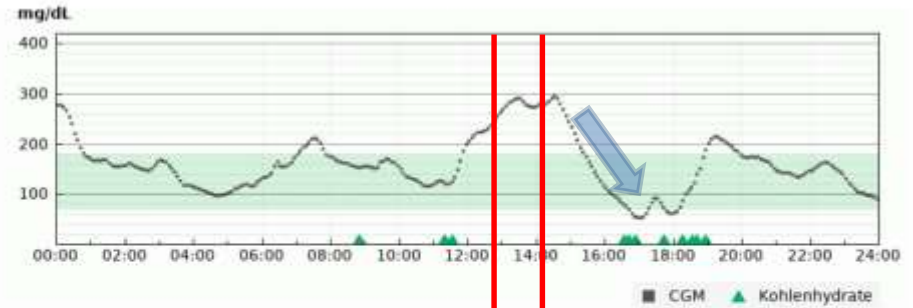
+ 0,4

Datenreflexion

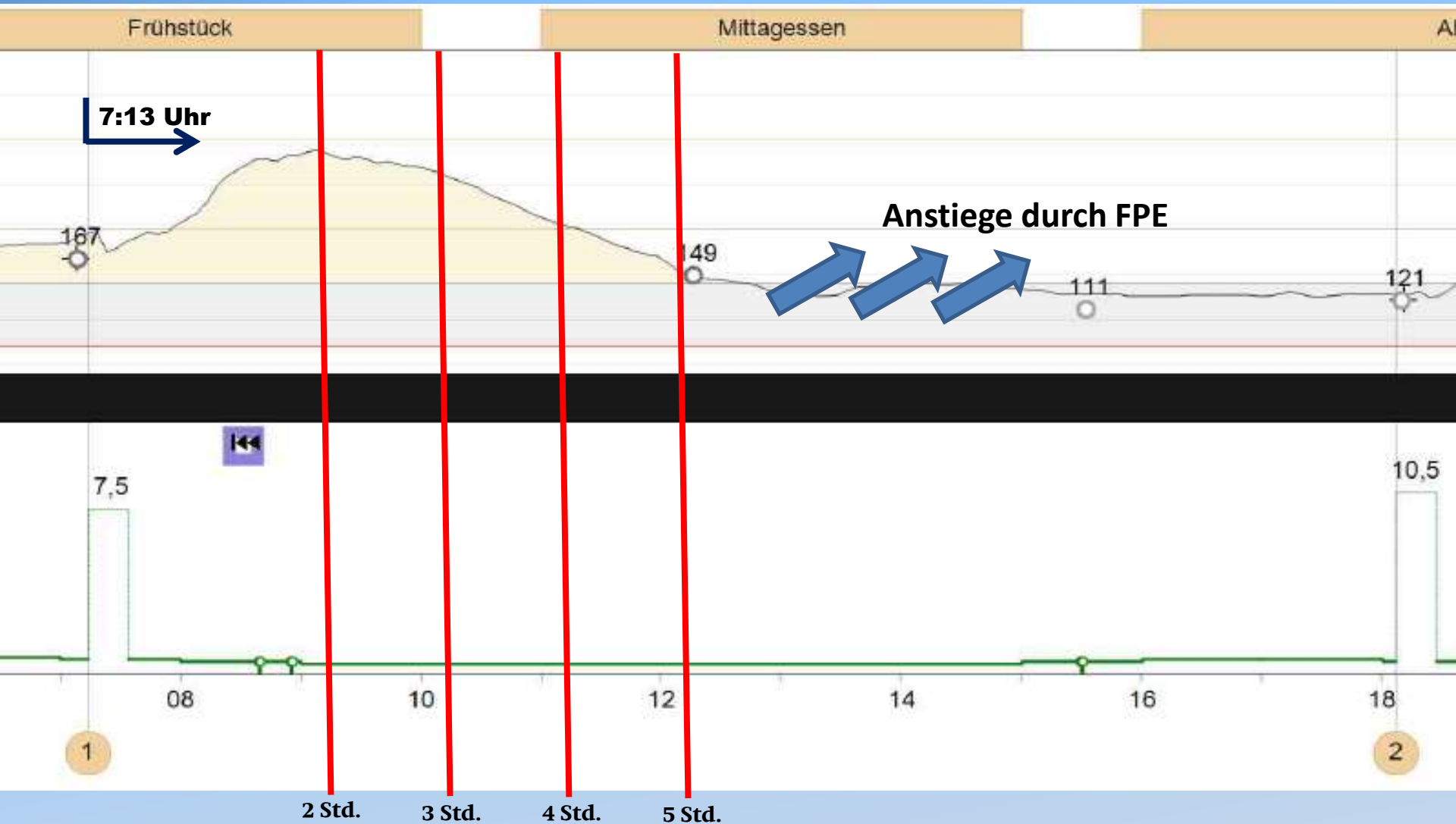
Donnerstag 15/12



Dienstag 13/12



BZ Anstiege durch Fett-Proteine



Noch Fragen?

info@mevita.de

oder

www.mevita.de