

**Behandlungs- und Schulungsprogramm
für Typ-2-Diabetiker, die nicht Insulin spritzen**

Diabetes-Tagebuch

Deutscher Ärzte-Verlag, Köln

Sehr geehrte Patientin,
sehr geehrter Patient,

die regelmäßige Selbstkontrolle des Urinzuckers ist für eine gute und erfolgreiche Behandlung Ihres Diabetes mellitus unverzichtbar.

Tragen Sie die Ergebnisse Ihrer Messungen in dieses Diabetes-Tagebuch ein, und besprechen Sie die selbst gemessenen Werte mit Ihrem Arzt.

Vergessen Sie bitte nicht, besondere Vorkommnisse (z. B. Erkrankungen oder körperliche Bewegung) einzutragen.

Bitte führen Sie dieses Tagebuch ständig bei sich.

Name: _____

Straße: _____

Wohnort: _____

Telefon: _____

Angehörige: _____

Telefon: _____

Hausarzt: _____

Telefon: _____

Klinik: _____

Telefon: _____

Medikamente: _____

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends			Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo						
Di						
Mi						
Do						
Fr						
Sa						
So						

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Datum	Gewicht in kg	Urinzucker gemessen ca. 2 Std. nach den Mahlzeiten morgens mittags abends		Medikamente	Bemerkungen z. B. Erkrankungen, körperl. Bewegung
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa					
So					

Dr. med. Viktor Jörgens und Dr. med. Monika Grüßer
ISBN 978-3-7691-7047-4 (Verbrauchsmaterial für 10 Patienten)
Lizenz Ausgabe für Deutscher Ärzte-Verlag GmbH, Köln, 2009
Copyright © by Verlag Kirchheim + Co GmbH, Mainz, 2009

Apfelstrudel bis Zanderfilet



Kalorien und Kohlenhydrate richtig abschätzen

Von Dr. med. Monika Grüßer und Dr. med. Viktor Jörgens

