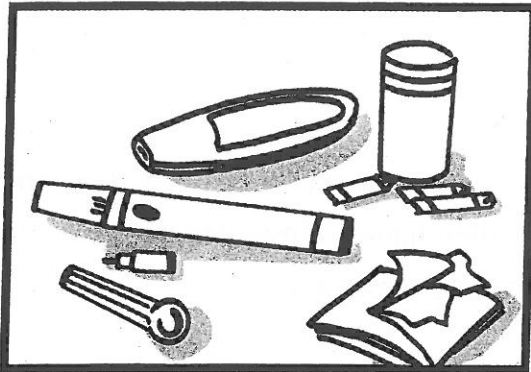
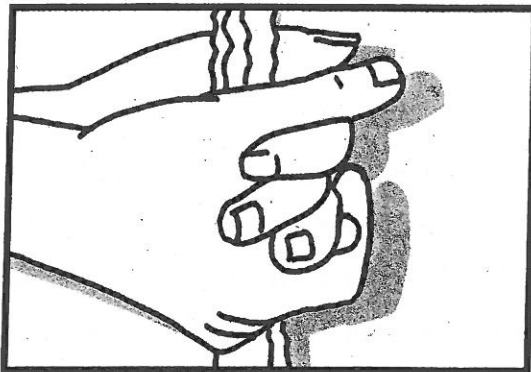


# Blutzucker-Selbstkontrolle



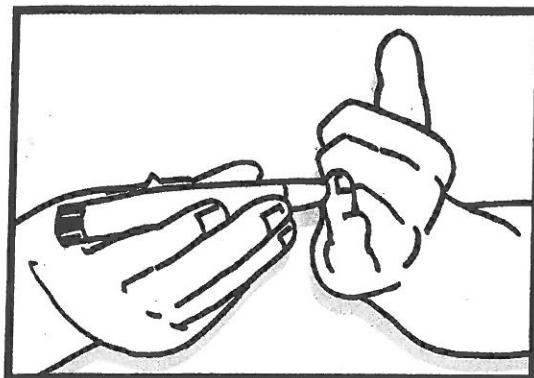
Messgerät, Teststreifen (Einzelteststreifen/ Teststreifenkassette), Stechhilfe, Tupfer oder Taschentuch, ggf. Tagebuch bereitlegen.



Seife und Wasser genügen, um Kohlenhydrat-, Fett- oder Eiweißreste zu entfernen. Warmes Wasser, Schütteln oder Massieren der Hand fördert die Durchblutung bei kalten Händen. Eine Desinfektion mit Alkohol ist nicht erforderlich.

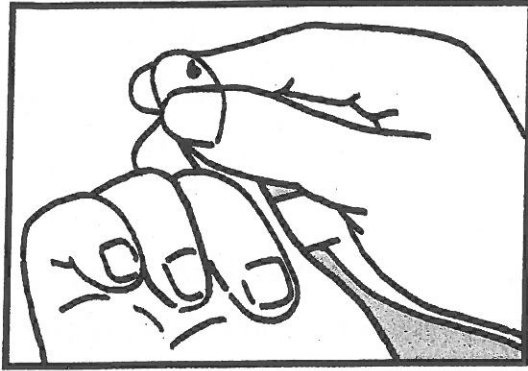


Hände gut trocknen, da Restwasser den Blutstropfen verdünnen kann.

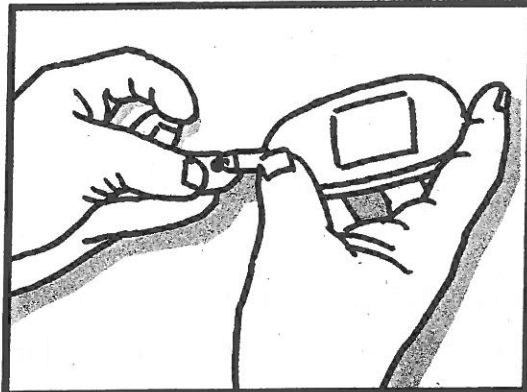


Neue Lanzette einlegen. Punktion der seitlichen Fingerbeere. Optimal sind Mittel-, Ring- und kleiner Finger. Punktionsstelle regelmäßig wechseln.

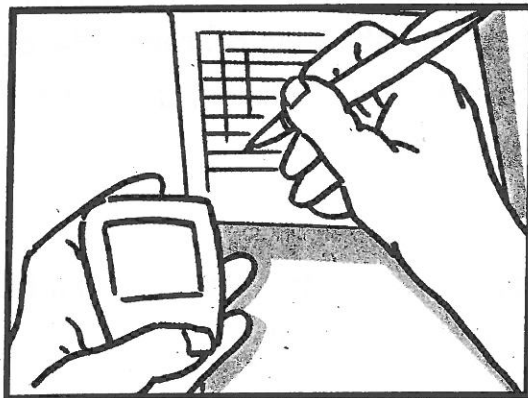
*(Bei Dialyse-Patienten: Infektionen bedeuten eine Gefahr für den Shunt-Arm und müssen vermieden werden. Punktion nur am Nicht-Shunt-Arm)*



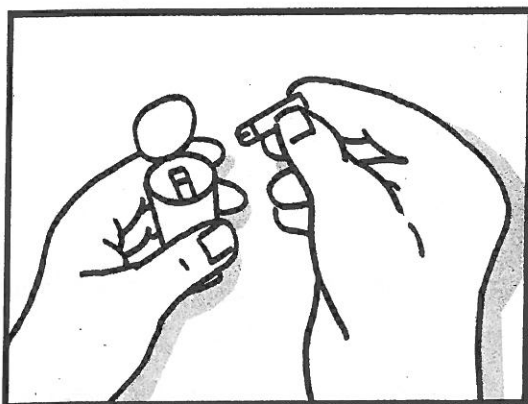
Durch leichtes Drücken Bildung eines Blutstropfens. Festes Drücken oder Quetschen kann das Testergebnis verfälschen.



Teststreifen mit der vorgesehenen Stelle an den Blutstropfen halten, einsaugen lassen. Ausreichende Blutmenge beachten.



Nach einigen Sekunden wird das Ergebnis im Display angezeigt. Die Dokumentation ist unterschiedlich möglich, z.B. in Tagebüchern, in den Messgeräten oder in PC-Dokumentationen.



Abhängig vom Therapieregime verabreichte Insulindosis und verzehrte BE/KE-Menge protokollieren.  
Teststreifen und Lanzettenkassetten können im Hausmüll, Einzellanzetten sollen wegen der Stichgefahr nur in bruchsicherem Abwurfbehälter entsorgt werden.

## Quelle: Leitfaden zur Blutzuckerselbstkontrolle

VDBD-Geschäftsstelle  
Am Eisenwald 16  
66386 St. Ingbert  
info@vdbd.de