



# DIABETES-TAGEBUCH

Für Gestationsdiabetikerinnen, die nicht Insulin spritzen

Liebe werdende Mama,

die regelmäßige Selbstkontrolle des Blutzuckers ist für eine gute und erfolgreiche Behandlung Ihres Schwangerschaftsdiabetes 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, körperliche Bewegung) einzutragen.

Bitte bringen Sie dieses Tagebuch zu Ihren Arztbesuchen mit!

Name: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

Wohnort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

Angehörige: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

Hausarzt: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

Klinik: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

Medikamente:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Gewicht:** \_\_\_\_\_

Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				

**Bemerkungen**  
z. B. Erkrankungen, Bewegung



**Gewicht:** \_\_\_\_\_

Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				

## Bemerkungen

z. B. Erkrankungen, Bewegung



**Gewicht:** \_\_\_\_\_

Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				



## Bemerkungen

z. B. Erkrankungen, Bewegung



**Gewicht:** \_\_\_\_\_

Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				


<b>Bemerkungen</b> z. B. Erkrankungen, Bewegung

**Gewicht:** \_\_\_\_\_

Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				


<b>Bemerkungen</b> z. B. Erkrankungen, Bewegung

**Gewicht:** \_\_\_\_\_

Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				

### Bemerkungen

z. B. Erkrankungen, Bewegung



**Gewicht:** \_\_\_\_\_

Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				




<b>Bemerkungen</b> z. B. Erkrankungen, Bewegung

**Gewicht:** \_\_\_\_\_

Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				
Datum	Uhrzeit				
	Blutzucker-Wert				

## Bemerkungen

z. B. Erkrankungen, Bewegung



**Kontakt:**

**E-Mail: [office@therapie-aktiv.at](mailto:office@therapie-aktiv.at)**

Weitere Informationen zum Thema finden Sie unter:  
**[www.therapie-aktiv.at/gestationsdiabetes](http://www.therapie-aktiv.at/gestationsdiabetes)**

Weitere Informationen zu den Themen „Gesunde Ernährung für Schwangere, Stillende, Babys und Kleinkinder“ finden Sie unter: **[www.revan-kaernten.at](http://www.revan-kaernten.at)**



**IMPRESSUM:**

Herausgeber, für den Inhalt verantwortlich:

Steiermärkische Gebietskrankenkasse,

Josef-Pongratz-Platz 1, 8010 Graz

Auflage 2016