

Richtig Blutzucker messen

- benötigte Utensilien bereit legen: BZ Messgerät, Stechhilfe, Tupfer, Abwurfbehälter
- Hände mit Seife waschen und gut abtrocknen
 - keine Desinfektion mit Alkoholsprays
- Einstichtiefe an der Stechhilfe einstellen
- Lanzette in die Stechhilfe einsetzen
- Teststreifen in Blutzuckermessgerät einführen
- Stechhilfe spannen, seitlich an der gewünschten Fingerbeere aufsetzen, Auslösetaste betätigen
- ersten Blutstropfen mit einem Taschentuch oder Tupfer abwischen
- aus der Hand einen zweiten Blutstropfen streifen und am Teststreifen an die Blutaufnahmestelle halten
- Quetschen an der Fingerbeere vermeiden, da Gewebswasser sonst den Blutzuckerwert verändert
- Messwert abwarten, dann Wert aufschreiben
- Lanzette und Teststreifen in einem geschlossenen Gefäß entsorgen
 - wenn dieses voll ist, wegwerfen
- Messgerät und Stechhilfe reinigen