

Adviezen bijzondere maaltijden en snacks
bij gebruik van Minimed™ 670/780G insulinepomp en vergelijkbare systemen.

De volgende adviezen zijn te gebruiken als een startadvies. U kunt de adviezen uitproberen en aan de hand van uw eigen ervaringen aanpassen.
Raadpleeg zo nodig uw diëtist.

- Geef de insuline bolus altijd **vóór** het eten van de (tussen)maaltijd.
Let op bij der Minimed 780G insulinepomp als de bolus vergeten is te geven voor de maaltijd: < 1 uur kan nog 50% van de bolus gegeven worden, > 1 uur geen insuline meer geven. Probeer het systeem het zelf op te laten lossen.
- **Bij het eten van een diner met meerdere gangen of bij een buffet met koolhydraten.**
Bij elke gang met bolusadviesfunctie insuline bolus geven.
Bij een gang met minder dan 15 gram koolhydraten **geen** bolus geven.
De autobasaal vangt dit in principe op! Eet niet vaker dan 2 x achtereen 0-15 gram koolhydraten zonder insuline.
Geef bijvoorbeeld de 3e keer wel insuline volgens de koolhydraatratio.
- Bij matig gebruik van alcohol (1-2 glazen) is in eerste instantie geen aanpassing nodig.
De tijdelijke streefwaarde kunt u eventueel naar 8,3 mmol zetten bij meer alcoholgebruik.
- **Bij het eten van meerdere vette snacks zoals oliebollen en appelflappen of andere snacks met veel koolhydraten en vetten.**
Geef de bolus niet volledig, gebruik bijvoorbeeld **50% tot 75%** van de koolhydraten om de bolus te berekenen.

Mocht dat onvoldoende zijn dan kunt u een volgend keer ervoor kiezen om 1,5 tot 2 uur na het eten een bolus te geven van 20 % van de koolhydraten van de snack zonder ze te eten. (let op, u geeft dan een bolus zonder te eten)

Als er wat langere tijd tussen de snacks zit kunt u er ook voor kiezen om bij elke snack (meer dan 15 koolhydraten) een bolus te geven.

- **Bij maaltijden met veel koolhydraten en vetten/eiwitten:**
Maaltijden als pizza, patat en pannenkoek:
Fastfood maaltijden:(Mc Donald, Burger King, snackbar)

De vuistregel bij deze maaltijden is:

Gebruik 50% tot 75% van de hoeveelheid koolhydraten om de bolus te berekenen.
50% is een veilige hoeveelheid om mee te starten.

Mocht dat onvoldoende zijn dan kunt u een volgende keer ervoor kiezen om 1,5-2 uur na het eten een bolus te geven van 20% van de koolhydraten van de gegeten maaltijd (let op, u geeft dan een bolus zonder te eten)

Rekenvoorbeeld: u eet een pizza van 100 gram koolhydraten.
U voert 50 gram koolhydraten in de pomp in om de bolus te berekenen.

Als uit ervaring blijkt dat de bloedglucose teveel stijgt, overweeg dan het volgende;
Na 1,5 tot 2 uur voert u 20 gram koolhydraten (20% van deze 100 gram koolhydraten) in de pomp in om de bolus te berekenen.

Raadpleeg voor een persoonlijk advies uw diëtisten diabetesteam