

Glycemie TIJDENS sporten			Trendpijl	Type sport	
Risico op hypoglycemie				Anaeroob	Aeroob
Normaal	Matig verhoogd	Sterk verhoogd		Glycemiestijging verwacht	Glycemiedaling verwacht
>270 mg/dl en >1,5 mmol/l ketonen			↗↘→↗↘↘	Insulinecorrectie	
>270 mg/dl en <1,5 mmol/l ketonen			↑ ↗ →	Overweeg insulinecorrectie	
			↓		
180-270 mg/dl	200-270 mg/dl	220-270 mg/dl	↑ ↗	Overweeg insulinecorrectie	
			→	Overweeg insulinecorrectie	
			↘ ↓		
125-180 mg/dl	145-200 mg/dl	160-220 mg/dl	↑ ↗ →		
			↘ ↓		
70-125 mg/dl	70-145 mg/dl	70-160 mg/dl	↑ ↗		
			→	10 g KH	15 g KH
			↘	15 g KH	25 g KH
			↓	20 g KH	35 g KH
<70 mg/dl			↗↘→↗↘↘	Controle vingerprik, individuele portie KH	
<54 mg/dl			↗↘→↗↘↘	Controle vingerprik, individuele portie KH	

Legende: KH = koolhydraten	
sporten definitief stoppen	
sporten mag	
sporten uitstellen tot 80 mg/dl en	→ ↗ ↑