Wann Ketone messen? / Vorgehen bei Nachweis von Ketonen

Ketone im Urin messen (Keto-Test):

⇒ wenn Blutzuckerwerte 6 Stunden immer über 250 mg/dl

⇒ bei Bauchschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Benommenheit (auch bei niedrigem / normalem BZ)

Wenn Ketone ++ oder +++ im Urin oder über 1,5 mmol im Blut:

1. und **BZ über 250 mg/dl**:
   - alle 2 Stunden doppelte Korrektur spritzen (bei Kinder unter 6 Jahre zunächst einfache Korrektur) bis BZ unter 250 mg/dl
   - alle 2 Stunden BZ und Ketone messen
   - viel trinken
   - nicht essen
   - kein Sport

2. und **BZ unter 250 mg/dl**:
   - 1 – 2 KEs essen (z.B. Keto-Müsli, Banane) und Insulin nach Plan spritzen
   - alle 2 Stunden BZ und Ketone messen, bis Ketone negativ

⇒ Ärztliche Rücksprache bei Unsicherheiten oder fehlender Besserung !

Überarbeitet 6/2026

Keton-Müsli:

4 KE: 2 KE Haferflocken
1 KE Apfelsaft
1 KE Apfel gerieben

Davon kann zunächst auch nur ein Viertel (= 1 KE) oder die Hälfte (=2 KEs) gegessen werden.

→ Insulinmenge nach Plan spritzen

Vergleich Ketone im Blut zu Ketone im Urin:

Ketone im Blut	**entspricht**	**Ketone im Urin**
< 0,6		-
0,6 – 1,5		+
1,5 – 3		**++**
> 3		**+++**