

Glycemic Database

Datum	Snelle insuline			Langzame insuline	Maaltijden			
	ochtend	middag	avond		ochtend	voor na	middag	voor na
10-10-2025	5	4	3	38		131 133	95 126	81 72
09-10-2025	4	4	4	38		120 127	98 158	93 87
08-10-2025	4	3	4	38		178 128	111 96	146 168
07-10-2025	3	3	3	38		110 181	128 111	127 124
06-10-2025	3	3	3	38		91 104	114 97	116 112
05-10-2025	3	2	4	38		104 110	117 128	145 99
04-10-2025	3	3	3	38		111 106	131 109	138 212
03-10-2025	3	4	4	38		111 189	137 136	181 151
02-10-2025	7	3	1	38		114 162	110 109	117 100
01-10-2025	6	3	1	38		128 159	121 153	145 187
30-09-2025	5	3	2	38		76 93	93 151	189 146
29-09-2025	4	3	3	40		76 93	95 151	189 146
28-09-2025	5	2	4	40		110 117	82 78	117 88
27-09-2025	4	2	4	40		107 136	94 111	128 134
26-09-2025	4	3	4	40		72 116	104 101	96 102
25-09-2025	4	3	4	40		88 142	124 158	195 180
24-09-2025	5	3	2	40		80 109	104 115	97 145
23-09-2025	4	3	2	40		104 154	132 176	166 182
22-09-2025	4	3	2	40		70 115	95 121	132 152
21-09-2025	4	2	1	42		109 131	105 115	141 138
20-09-2025	3	2	1	40		157 169	122 129	135 158
19-09-2025	4	3	2	38		124 115	109 93	217 166
18-09-2025	5	3	3	38		95 82	115 143	152 144
17-09-2025	5	4	3	40		102 111	106 99	185 208
16-09-2025	3	4	3	40		68 140	121 126	112 124
15-09-2025	4	4	3	42		151 124	129 137	120 124
14-09-2025	6	4	-1	42		128 154	98 118	114 108
13-09-2025	5	4	0	40		120 120	111 123	142 129
12-09-2025	6	4	0	40		128 129	95 122	121 148
11-09-2025	5	4	1	38		101 103	114 151	175 138
10-09-2025	6	4	2	36		145 134	112 133	157 117
09-09-2025	9	4	2	34		154 116	127 169	219 140
08-09-2025	8	5	3	34		109 66	116 108	173 153
07-09-2025	9	6	4	36		106 78	133 128	118 116
06-09-2025	11	7	3	38		104 106	103 121	104 100
05-09-2025	10	8	4	40		106 100	167 149	134 113
04-09-2025	2	1	-1	40		107 105	93 127	122 137
03-09-2025	1	1		40		113 118	109 134	279 155
02-09-2025	1	1		40		139 145	90 124	123 154
01-09-2025	1	1		36		179 261	169 188	165 176
31-08-2025	1	1	-1	34		210 221	202 209	213 215
30-08-2025			-1	30		140 176	149 248	177 216
29-08-2025				2		116 181	125 145	180 160
28-08-2025	1	-1	-1	4		135 176	140 194	146 124
27-08-2025	3	-2	-2	2		150 200	150 159	126 120
26-08-2025	2	-1	-2	2		158 211	160 156	145 167
25-08-2025	1	-1	-1	2		120 200	154 166	224 156
24-08-2025	0	0	-1	-2		139 236	223 205	200 150
23-08-2025	0	0	0	-2		149 244	230 263	281 130