

Zur Behandlung Ihrer Zuckerkrankheit nehmen Sie blutzuckersenkende Medikamente bzw. Insulin ein. Dabei ist es wichtig, dass im Körper immer ein ausgewogenes Verhältnis zwischen dem Blutzucker und dem Insulin besteht. Sollte dieses Gleichgewicht gestört sein, wird Ihr Blutzucker entweder zu stark abfallen (Unterzuckerung) oder zu stark ansteigen (Überzuckerung). Beide Arten von Störungen sind nicht nur unangenehm, sondern können für Sie auch gefährlich werden.

Anzeichen für eine Unterzuckerung (Hypoglykämie, Schock)

| | |
|-------------------|--|
| ■ Es geht | schnell (Minuten) |
| ■ Sie fühlen sich | nervös, zitterig, flatterig |
| ■ Sie haben | Schweißausbrüche, starken Hunger, Ohrensausen, Herzrasen |
| ■ manchmal auch | weiche Knie, feuchte Haut, Kopfschmerzen |
| ■ Sie können sich | nicht mehr konzentrieren oder richtig sprechen |
| ■ Sie sind | blass, aggressiv, verwirrt |



Ursachen

- zu wenig oder zu spät gegessen
- häufiges oder anhaltendes Erbrechen und/oder schwerer Durchfall
- außergewöhnliche körperliche Bewegung (Sport, schwere Arbeit)
- Alkohol in größeren Mengen
- aus Versehen zu viele Tabletten genommen, zuviel oder falsches Insulin gespritzt

Was tun ?

Sofort 1-2 BE (Trauben)-Zucker oder Apfelsaft sowie 1 BE, die langsam aufgenommen wird, (z.B. eine Scheibe Brot)

Anzeichen für eine Überzuckerung (Koma)

| | |
|-------------------|---|
| ■ es beginnt | langsam (Stunden bis Tage) |
| ■ Sie fühlen sich | schwach, Ihnen ist übel, Sie müssen häufig Urin lassen |
| ■ Sie bekommen | Durst, Bauchschmerzen |
| ■ oder haben ein | gerötetes Gesicht, trockene Haut, der eigene Atem riecht nach Früchten oder wie „Nitroverdünnung“ |

Ursachen

- Tabletten oder Insulin vergessen
- häufig und zu viel gegessen
- eine zusätzliche Erkrankung

Was tun

- Selbstkontrolle / Streifentest durchführen
- Tabletten oder Insulin nehmen
- viel trinken (Mineralwasser)

Den Arzt informieren !