

## Achtung!

Bei schwerer Hypoglykämie durch Alkohol wirkt Glukagon oft nicht.

## Vorbeugungsmaßnahmen

- Anpassen der Medikamentendosis an die tatsächlichen Bedürfnisse
- Geregeltere Mahlzeiten
- Aufnahme von gemäßigten Mengen an Kohlenhydraten vor unüblicher Körperbetätigung

## Nicht vergessen

- Es ist notwendig, immer leicht aufnehmbare Kohlenhydrate, wie z.B. Flüssigzucker, bei sich zu tragen.
- Beim Lenken eines Kraftfahrzeuges und bei Extremsportarten steigt die Gefahr einer Unterzuckerung. Daher muss der Blutzuckerspiegel häufiger überprüft werden.

Eine leichte Unterzuckerung ist normalerweise einfach zu behandeln. Trotzdem sollten Diabetiker diese so weit wie möglich vermeiden. Eine schwere Unterzuckerung betrifft auch das Gehirn und ist gefährlich. Schwere Unterzuckerungen müssen auf jeden Fall verhindert werden.

### Anmerkung:

Die in dieser Broschüre enthaltene Information ergänzt die Empfehlungen der medizinischen Fachkräfte. Auf keinen Fall ersetzt sie diese.

## Sicherheit **PLUS<sup>+</sup>** Erfahrung ... mit dem GlucoMen® LX Plus

## Unterzuckerung Hypoglykämie



Diabetes braucht  
einen starken Partner

## Was ist Hypoglykämie?

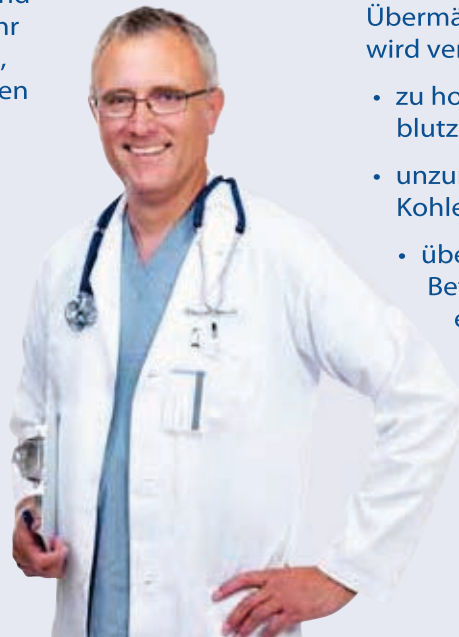
Hypoglykämie bezeichnet das Absinken des Blutzuckers unter einen Wert von 60mg/dl (3,3 mmol/l). Eine Hypoglykämie kann während der Insulintherapie oder der Behandlung mit blutzuckersenkenden Tabletten auftreten. (Quelle: Labor und Diagnose, Thomas, 2000)

## Wozu Glukose im Blut?

Glukose ist die Energiequelle des Körpers und für die Aufrechterhaltung der Funktionen aller Körperzellen hauptverantwortlich. Da die Gehirnzellen beinahe ausschließlich Glukose verwerten können, leiden sie besonders an Situationen mit Unterzuckerung und es kann in weiterer Folge auch zu schwerwiegenden Störungen kommen.

## Was passiert im Körper?

Wenn die Glukose knapp wird und die Zellen des Gehirns nicht mehr optimal ernährt werden können, wird eine Reihe von Mechanismen aktiviert, um sich vor einer möglichen Gefahrensituation zu schützen. Es kommt zur Ausschüttung zahlreicher Hormone, um die restlichen Zuckerreserven zu mobilisieren, die vor allem in der Leber lagern. Fällt der Glukosespiegel noch weiter ab, ist mit ernststen körperlichen Reaktionen, Verhaltensänderung, sowie Störung der Nervenfunktion zu rechnen.



## Anzeichen einer Unterzuckerung:

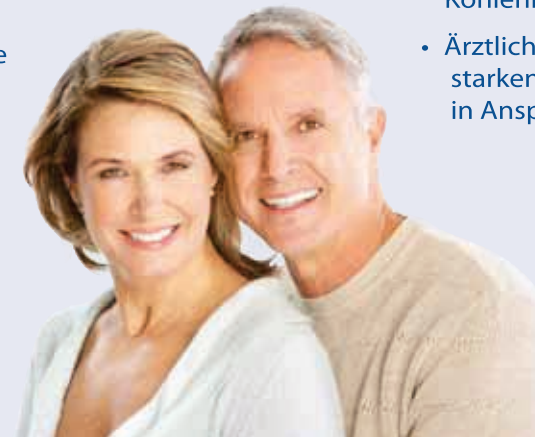
- Blässe & Zittern
- Schwitzen
- Muskelschwäche („weiche Knie“)
- Herzklopfen
- Hungergefühl
- Müdigkeit
- Veränderung im Verhalten
- Sprach- und Sehstörungen
- Geistige Verwirrung bis hin zum Bewusstseinsverlust

Beginnende Unterzuckerung zeigt sich je nach Situation und Patient sehr individuell. Durch regelmäßige Blutzuckerkontrolle kann der Diabetiker lernen Gefahrensituationen besser und früher zu erkennen.

## Ursachen einer Unterzuckerung

Übermäßiges Absinken des Blutglukosespiegels wird verursacht durch:

- zu hohe Dosis an Insulin oder blutzuckersenkenden Tabletten
- unzureichende oder zu späte Zufuhr von Kohlenhydraten
- übermäßige körperliche Betätigung ohne entsprechende Anpassung der Medikation
- übermäßigen Alkoholkonsum



## Behandlung der Unterzuckerung

Bereits die ersten Anzeichen einer Unterzuckerung müssen sofort behandelt werden.

### Leichte Hypoglykämie

- Rasch ein Glas (150ml) eines zuckerhaltigen Getränkes (keine Light Getränke) trinken oder Flüssig- bzw. Traubenzucker zu sich nehmen. Die Symptome bessern sich gewöhnlich innerhalb von 10 Minuten.
- Danach erst den Blutzuckerspiegel kontrollieren.

### Starke Hypoglykämie

- Wenn die Unterzuckerung schwerwiegender ist, der Diabetiker sich nicht mehr selbst helfen kann und die Gefahr des Bewusstseinsverlusts vorliegen könnte, darf nicht versucht werden, dem Patienten Lebensmittel zu verabreichen. In diesem Fall ist es unbedingt erforderlich ein Fertigpräparat mit Glukagon subkutan oder intramuskulär zu injizieren. Glukagon mobilisiert die Zuckerreserven des Körpers und wirkt in 5-10 Minuten. Nach Besserung des Zustandes müssen ebenfalls Kohlenhydrate aufgenommen werden.
- Ärztliche Hilfe sollte im Falle einer starken Hypoglykämie auf jeden Fall in Anspruch genommen werden.