

DIABETES EINFACH ADIPOSITAS ERKLÄRT (HECKLISTE)

Diabetes und AUTOFAHREN

1. Vor jeder Fahrt – insbesondere vor längeren Fahrten – sollten Sie immer den Blutzucker messen!
2. Bei niedrigen Blutzuckerwerten immer zuerst essen, erst dann die Fahrt antreten!
3. Treten bei Ihnen während der Fahrt auch nur die geringsten Anzeichen einer Unterzuckerung auf, halten Sie bitte sofort an und gehen Sie wie folgt vor:
 1. Motor abschalten
 2. Zündschlüssel abziehen
 3. Handbremse anziehen
 4. anschließend sofort Kohlehydrate zu sich nehmen und abwarten
4. In Ihrem Auto sollten Sie immer ausreichende Mengen an rasch verdaulichen Kohlehydraten mit sich führen (Traubenzucker, Kekse, Würfelzucker, Dose zuckerhaltigen Coca-Colas etc.). Ihre gewohnte Tagesverteilung von Mahlzeiten und Insulin sollten Sie unbedingt beibehalten, auch wenn Sie Diabetiker mit intensivierter Insulintherapie sind.
Dies gilt auch, wenn Sie z.B. Ihre Reise gegen Mitternacht oder 4.00 Uhr morgens antreten!
5. Möglichst keine längeren Nachtfahrten!
6. Bei Langstreckenfahrten sollten Sie alle 2 Stunden eine Pause einlegen, Ihren Blutzucker messen und Ihre BE's entsprechend Ihrer sonstigen Verteilung zu sich nehmen.
7. Sie sollten vor und während einer Fahrt nie Alkohol trinken, auch kein Diabetiker-Bier.
8. Ohne bekannte Folgeschäden sollten Sie mindestens einmal im Jahr Ihre Sehfähigkeit und den Augenhintergrund vom Augenarzt untersuchen lassen.
9. Sie sollten einen Diabetiker - Fahrausweis mit sich führen.
10. Sie sollten immer ausreichend Insulin und Testmaterial mit sich führen.
11. Sie sollten längere Strecken möglichst nie alleine fahren.
12. Bei einer Neueinstellung auf Insulin sollten Sie **kein** Auto fahren. Bei Therapieeinstieg sind Unterzuckerungen und Schwankungen der Sehschärfe möglich.
13. Es gelten die Ratschläge für vernünftiges Verhalten im Straßenverkehr wie bei Nichtdiabetikern: Defensiv fahren! Übermüdung vermeiden! (In einem Urteil vor dem Bonner Amtsgericht haben Juristen Diabetikern darüber hinaus geraten, generell ein Tempolimit von 130 km/h zu beachten.)

Ich habe das oben Geschriebene durchgelesen und zur Kenntnis genommen.

Unterschrift Patient/in



EINFACH ERKLÄRT



YouTube

DIABETES EINFACH ERKLÄRT



Spotify

ADIPOSITAS EINFACH ERKLÄRT



Spotify



Podigee

Alles auf einen Blick: diabetes-adipositas-einfach-erklaert.de