



## Unterzuckerung (Hypoglykämie)

Eine Unterzuckerung liegt vor, wenn der Glukosewert (Blutzucker) unter 50 mg/dl abfällt oder entsprechende Anzeichen einzeln oder in Kombination vorliegen. Die Unterzuckerungszeichen sind sehr individuell.

### Anzeichen:

- Übermäßiges Schwitzen
- Heißhunger
- Herzklopfen
- Zittern
- Sehstörungen
- Gereiztheit und Unruhe
- Ohnmachtsgefühl
- Orientierungsstörungen

### Was tun, wenn man noch trinken und essen kann?

- Zügig 1 Glas (200 ml) Cola, Saft oder Fanta trinken
- alternativ: 3 - 4 Plättchen Traubenzucker oder 3 – 4 Beutel Flüssigzucker essen
- Danach 1 belegtes Marmeladenbrot mit Butter essen
- Keine Diät- oder Lightprodukte zu sich nehmen

### Wichtig für Angehörige > Was tun bei Bewusstlosigkeit ?

- Niemals einer bewusstlosen Person etwas einflößen!
- Bewußtlose Person in Linksseitenlage bringen
- Sofern mit der Injektionstechnik vertraut > Glucagon spritzen
- Bei bleibender Bewusstlosigkeit > Notarzt rufen: Tel. 19222

➤ Nach Stabilisierung: Ursache der Unterzuckerung klären!