

Facharzt für Allgemeinmedizin
Luisenstrasse 16
52477 Alsdorf
02404/22882
Fax 679913



DIABETES BEIM AUTOFAHREN

Beeinträchtigung der Fahrtauglichkeit bis hin zur Fahruntauglichkeit bei Erstmanifestation, Neueinstellung und Blutzuckerwerten über 300 mg/dl.!

1. Vor jeder Fahrt - insbesondere vor längeren Fahrten - sollten Sie immer den Blutzucker messen und den Wert in Ihr Tagebuch eintragen!
2. Bei Blutzuckerwerten unter 100 mg/dl immer zuerst essen, Blutzuckeranstieg abwarten, 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 wie folgt vor:

Warnblinkanlage einschalten (Z.B. Autobahn-Seitenstreifen) Motor abschalten, Zündschlüssel abziehen, Handbremse anziehen
sofort schnell wirksame Kohlenhydrate (Traubenzucker) essen und Blutzuckeranstieg abwarten, messen.

4. In Ihrem Auto sollten Sie immer ausreichende Mengen an rasch wirksamen Kohlenhydraten vorrätig haben (Traubenzucker, Apfelsaft, zuckerhaltige Limonaden oder Cola).
5. Ihre gewohnte Tagesverteilung von Mahlzeiten und Insulin oder blutzuckersenkenden Medikamenten sollten Sie unbedingt beibehalten, auch bei intensivierter Insulintherapie.
Dies gilt auch, wenn Sie z.B. Ihre Reise gegen Mitternacht oder 4.00 Uhr morgens antreten.
6. Möglichst keine längeren Nachtfahrten und Langstrecken, die Sie alleine bewältigen müssen!
7. Bei Langstrecken sollten Sie alle 2 Stunden eine Pause einlegen, Ihren Blutzucker messen und Ihre BE's entsprechend Ihrer Verteilung essen.
8. Trinken Sie vor und während einer Fahrt nie Alkohol, auch kein Diabetiker- Bier,
9. Lassen Sie mindestens einmal *jährlich* Ihre Sehfähigkeit *und* den Augenhintergrund vom Augenarzt untersuchen.
10. Führen Sie bitte immer ausreichend Insulin und Testmaterial mit sich sowie Ihr aktuelles Blutzucker-Tagebuch und einen Diabetiker-Notfallausweis.