HYPOGLYKÄMIE-SCHEMA

Darmstädter
Kinderkliniken
Prinzessin Margaret

DIABETOLOGIE

Symptome einer Unterzuckerung
(Zittern, Schwitzen, Heißhunger, Müdigkeit, Blässe, Unruhe, Herzrasen, Kopfschmerzen, Konzentrationsmangel, Seh-/Sprachstörungen)

Blutzuckermessung

Blutzucker 50-70 mg/dl
= „leichte“ Unterzuckerung

1 „**schnelle**“ KE

2 Stk.

100ml

1 kleine Tüte

100ml

Blutzucker < 50 mg/dl
= Unterzuckerung

1-2 „**schnelle**“ KEs

2 Stk.

100ml

1 kleine Tüte

100ml

U N D
1 „**langsame**“ KE

1 Toast

3 Butterkekse

1 Actimel

bedenke deine nächste Aktivität
z.B. Sport, Mahlzeit, chillen….

überlege den Grund für die Unterzuckerung

- Zu viel Insulin
- Zu wenig gegessen (Essen vergessen)
- Sport
- Spritz-Ess-Abstand zu lang
- Erbrechen / Durchfall
- Hitze