

[illegible]

Tel.: 038203 – 40 88 0  
Fax: 038203 – 40 88 10

## ① Was ist Diabetes?

Die Ursache von Diabetes ist ein gestörter Zuckerstoffwechsel. Dieser Störung liegen verschiedenste Folgeerkrankungen zu Grunde.

Diabetes mellitus ist eine Erkrankung, bei der zu wenig Insulin vorhanden ist und/ oder die Insulinwirkung verringert ist.

Es gibt zwei Hauptformen.

- Diabetes mellitus Typ I
- Diabetes mellitus Typ II

### Diabetes mellitus Typ I:

Hier produziert die Bauchspeicheldrüse in der Regel kein Insulin mehr. Die Insulin produzierenden Betazellen wurden durch das eigene Immunsystem zerstört (Autoimmunerkrankung).

### Diabetes mellitus Typ II:

Hier sind die Körperzellen meist nicht mehr so empfänglich für die Wirkung des Insulins. Außerdem kann die Bauchspeicheldrüse den erhöhten Bedarf an Insulin nicht decken.

## ② Was ist Blutzucker?

Der Blutzucker ist der Anteil an Glukose (Traubenzucker) im Blut. Er ist der wichtigste Energielieferant im Körper. Für die roten Blutkörperchen und das Gehirn ist er sogar nur der einzige Energielieferant.

Gemessen wird der Blutzucker in mg/dl ("Milligramm pro Deziliter") oder mmol/l ("Millimol pro Liter"). Die in den neuen Bundesländern gebräuchlichere Einheit ist mmol/l. Die Umrechnungszahl ist 18,0182. ca.: (1 mmol/l = 18 mg/dl).

Glukose entsteht durch die Verdauung von Stärke und Zucker im Darm, die in vielen Lebensmitteln (Brot, Kartoffeln, Obst, Honig) enthalten sind. Die Glukose wird in der Leber gespeichert oder verbleibt im großen Blutkreislauf.



## ③ Was ist Insulin?

Insulin ist ein Hormon. Bei einem gesunden Menschen wird ausreichend Insulin in der Bauchspeicheldrüse gebildet, dass es den Körperzellen ermöglicht, Glukose aufzunehmen.

## ④ Die Injektion

Die Verabreichung von Insulin erfolgt in der Regel durch einen Pen (eine mehrfach verwendbare Spritze mit einer Kanüle zum Einmalgebrauch).



Wenn die Injektion durch einen Pflegedienst o.ä. erfolgt, ist eine vorherige Desinfektion der Einstichstelle vorgeschrieben (lt. RKI). Die Desinfektionsmaterialien (z.B. Alkoholpads) müssen eigenständig finanziert werden. In der Häuslichkeit kann auf eigenen Wunsch auf eine Desinfektion der Einstichstelle verzichtet werden, da die Wahrscheinlichkeit einer Infektion geringer ist, als z.B. im Krankenhaus.

Für die Entsorgung der Einmalkanülen muss ein durchstichsicherer Behälter zur Verfügung gestellt werden (auch auf eigene Kosten) oder ggf. ein anderer verschließbarer adäquater Behälter, der vollständig entsorgt werden kann.



## ⑤ Wie erkenne ich eine Unterzuckerung?

Folgende Symptome treten bei einer Hypoglykämie (Unterzuckerung) auf:

- Schneller Puls
- Kaltschweißigkeit
- Blasse Gesichtsfarbe
- Zittern
- Unruhe und Nervosität
- Angstgefühle
- Konzentrationsstörungen
- Verwirrtheit

- Kopfschmerzen
- Heißhunger
- Weiche Knie

### Was tun bei Unterzuckerung:

Solange der Betroffene noch bei vollem Bewusstsein ist, ist die Gabe von Traubenzucker oder die Gabe von zuckerhaltigen Getränken die beste Erstmaßnahme. Wenn Sie sich nicht sicher sind, rufen sie den Notruf (112).

## ⑥ Wie erkenne ich eine Überzuckerung?

Folgende Symptome treten bei einer Hyperglykämie (Überzuckerung) auf:

- Durst
- Wasserlassen
- Müdigkeit
- Abgeschlagenheit
- Übelkeit
- Erbrechen
- Acetongeruch (nach Nagellackentferner/ faulem Obst) der Ausatemluft (Ketoazidose)
- Schnappatmung
- im Extremfall Bewusstlosigkeit

### Was tun bei Überzuckerung:

Solange der Betroffene auch hier bei Bewusstsein ist, möglichst viel Mineralwasser zu trinken geben. Keine zuckerhaltigen Getränke! Bitte kontaktieren Sie auch hier ggf. einen Notarzt (112)

## ⑦ Was kann ich gegen Diabetes Typ II tun?

Der Insulinbedarf kann gesenkt werden, z.B. durch Gewichtsreduktion und körperliche Betätigung/ Sport.

Des Weiteren kann das Insulinangebot erhöht werden, z.B. durch eine Insulingabe oder eine medikamentöse Steigerung der Insulinproduktion.

Danke für Ihr Interesse