



Information zur Insulintherapie

➔ *Blutzuckergerät, Nadeln und Teststreifen bekommen sie per Verordnungsschein*

Blutzucker messen

- Einmal unmittelbar vor dem Essen und einmal zwei Stunden nach dem Essen – tragen Sie diese Werte in ihrem Diabetes Pass ein
- Am Anfang drei Mal täglich, in weiterer Folge bei guter Einstellung als „Treppemessung“ – z.B. Montag morgen, Dienstag Mittag und Mittwoch Abend, usw.

Spritzen

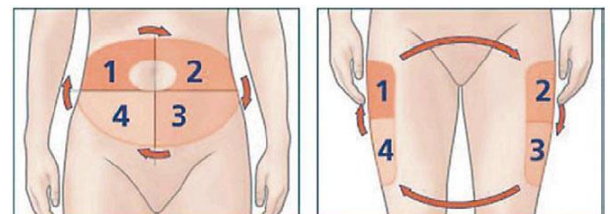
- Sie spritzen direkt zum Essen
- Insulin Pen vor dem Spritzen gut vermischen bis die Flüssigkeit gleichmäßig milchig trüb ist
- Insulin nicht direkt aus dem Kühlschrank spritzen
- Beim Wechseln der Ampulle zuerst 4IE „leer“ spritzen

Insulin

- Insulin Vorrat im Gemüsefach im Kühlschrank lagern
- Insulin darf nicht gefrieren und nicht zu heiß bekommen

Spritzstelle

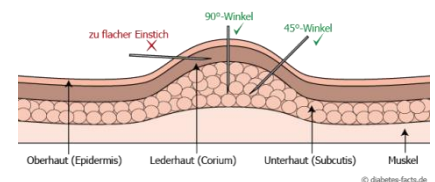
- Die Spritzstelle muss nicht desinfiziert werden
- Die Spritzstelle bei jeder Injektion wechseln
- Nie in Narben, Krampfadern, blaue Flecken oder Muttermale spritzen



Einfaches Rotationsmuster (Minimalanforderung) nach Quadranten am Bauch und an den Oberschenkeln

Spritztechnik

- Mit der Nadel gerade (senkrecht) in die Haut stechen (90°)
- nach dem Spritzen ca. 10 Sekunden warten, dann die Nadel herausziehen



Nadel

- Die Nadel ist ein Einmalprodukt und soll nach jedem Spritzen gewechselt werden

Essen

- Zwischenmahlzeiten nicht vergessen
- Immer Traubenzucker mitnehmen!
- **Unterzucker (=Hypo) Zeichen:** Schwitzen, Zittern, Herzrasen, Heißhunger, Sehstörungen, Sprachstörungen, Schwindel, Blässe, weiche Knie, Müdigkeit, Konzentrationschwäche