



TESTEN SIE IHR WISSEN ÜBER UNTERZUCKERUNG (HYPOGLYKÄMIE) - Teil 6

1. Ab wann spricht man von einer Hypoglykämie (Hypo)?

a	<40 mg/dl	<input type="checkbox"/>
b	<50 mg/dl	<input type="checkbox"/>
c	<100 mg/dl	<input type="checkbox"/>
d	<150 mg/dl	<input type="checkbox"/>

2. Was können Symptome eines Unterzuckers sein? (mehrere Antworten richtig!)

a	Schweiß	<input type="checkbox"/>
b	Fieber	<input type="checkbox"/>
c	Haarausfall	<input type="checkbox"/>
d	Zittrigkeit	<input type="checkbox"/>
e	Heißhunger	<input type="checkbox"/>
f	Bauchschmerzen	<input type="checkbox"/>
g	Konzentrationsstörungen	<input type="checkbox"/>

3. Kann ein/e Patient/in, der/die keine blutzucker-senkenden Medikamente nimmt, eine Unterzuckerung bekommen?

a	Ja, wenn er/sie viel Sport betreibt und wenig isst.	<input type="checkbox"/>
b	Ja, wenn er/sie große Mengen an Alkohol trinkt.	<input type="checkbox"/>
c	Ja, wenn er/sie lange Zeit nichts isst.	<input type="checkbox"/>
d	Nein.	<input type="checkbox"/>

4. Welche, der aufgelisteten Ursachen können zu einer Hypoglykämie führen? (mehrere Antworten richtig!)

a	Es wurde zu viel Insulin gespritzt.	<input type="checkbox"/>
---	-------------------------------------	--------------------------

b	Es wurde darauf vergessen die blutzucker-senkenden Medikamente zu nehmen.	<input type="checkbox"/>
c	Es wurden die Tabletten, die die Insulin-produktion anregen, richtig eingenommen, aber keine/zu wenig Kohlenhydrate gegessen.	<input type="checkbox"/>
d	Es wurde eine große Menge an Zucker gegessen.	<input type="checkbox"/>
e	Es wurden die Medikamente richtig eingenommen und eine größere Menge an Alkohol getrunken.	<input type="checkbox"/>

5. Herr K. macht eine ausgedehnte Radtour. Was muss er beachten, um keinen „Hypo“ zu bekommen? (mehrere Antworten richtig!)

a	Er sollte im Vorhinein mehr Insulin spritzen/Tabletten nehmen als sonst.	<input type="checkbox"/>
b	Er sollte vor der Tour die Blutzucker-Medikamente reduzieren oder zusätzliche Sport-BE essen.	<input type="checkbox"/>
c	Während der Tour sollte er den Blutzucker mehrmals kontrollieren.	<input type="checkbox"/>
d	Er sollte während der Tour keine Kohlenhydrate essen.	<input type="checkbox"/>

6. Wie geht man im Falle einer Unterzuckerung richtig vor?

a	Zuerst misst man den Blutzucker, um sicher zu gehen, dass es ein Hypo ist.	<input type="checkbox"/>
b	Man isst sofort 4 Plättchen Traubenzucker, danach z.B. ein Stück Brot.	<input type="checkbox"/>
c	Man isst sofort ein Stück Brot, danach 4 Plättchen Traubenzucker.	<input type="checkbox"/>
c	Man legt sich umgehend ins Bett und wartet bis der Blutzucker wieder ansteigt.	<input type="checkbox"/>

7. Was ist gut geeignet, um bei einer Hypoglykämie den Blutzuckerspiegel SCHNELL wieder ansteigen zu lassen? (mehrere Antworten richtig!)

a	Schokolade	<input type="checkbox"/>
b	Traubenzucker	<input type="checkbox"/>
c	Apfelsaft	<input type="checkbox"/>
d	Vollkornbrot	<input type="checkbox"/>

8. Wie verhält man sich richtig, wenn ein/e Diabetiker/in aufgrund einer Unterzuckerung das Bewusstsein verloren hat? (mehrere Antworten richtig!)

a	Man versucht ihn/sie aufzusetzen und Apfelsaft einzuflößen.	<input type="checkbox"/>
b	Man ruft sofort den Notarzt bzw. die Rettung.	<input type="checkbox"/>
c	Man legt ihm/ihr 4 Plättchen Traubenzucker in den Mund.	<input type="checkbox"/>
d	Man spritzt ihm/ihr umgehend Glukagon, wenn man darüber Bescheid weiß.	<input type="checkbox"/>

9. Wie gefährlich sind Unterzuckerungen? (mehrere Antworten richtig!)

a	Gelegentliche leichte Unterzuckerungen sind nicht immer vermeidbar und akzeptabel.	<input type="checkbox"/>
b	Eine leichte Unterzuckerung ist lebensgefährlich.	<input type="checkbox"/>
c	Bei schweren Unterzuckerungen könnte man sich durch einen Sturz verletzen.	<input type="checkbox"/>
d	Bei einer leichten Unterzuckerung muss sofort die Rettung gerufen werden.	<input type="checkbox"/>

10. Welchen Einfluss hat Alkohol auf die Unterzuckerungs-Gefahr? (mehrere Antworten richtig!)

a	Alkoholische Getränke haben keinen Einfluss auf den Blutzucker.	<input type="checkbox"/>
b	Die Leber ist mit dem Abbau des Alkohols beschäftigt, dies führt zu einer Blockade des Zuckerstoffwechsels.	<input type="checkbox"/>
c	Alkoholische Getränke enthalten Zucker und lassen daher den Blutzucker sehr rasch ansteigen.	<input type="checkbox"/>
d	Durch den Alkoholkonsum können Außenstehende nicht zwischen den Symptomen einer Unterzuckerung und den ähnlichen Symptomen eines „Rausches“ unterscheiden.	<input type="checkbox"/>

AUFLÖSUNG

F1: b | F2: a, d, e, g | F3: d | F4: a, c, e | F5: b, c | F6: b | F7: b, c | F8: b, d | F9: a, c | F10: b, d

Haben Sie alle Fragen richtig beantwortet?

Gratulation! Sie wissen gut über Ihre Erkrankung Bescheid. Weiter so!

Haben Sie zumindest 5 Fragen richtig beantwortet?

Vielleicht nehmen Sie ab und zu Ihr „Therapie Aktiv – Diabetes im Griff“-Patientenhandbuch zur Hand und schmökern darin? Sie sind noch nicht eingeschrieben und haben deswegen kein Handbuch? Verlieren Sie keine Zeit und werden auch Sie „Therapie Aktiv“-Diabetiker.

Sie haben weniger als 5 Fragen richtig beantwortet?

Es wird Zeit Ihr Wissen über Diabetes aufzufrischen! Denn nur wer über seine Erkrankung Bescheid weiß, kann aktiv an seiner Therapie mitarbeiten. Werden Sie aktiv, vielleicht melden Sie sich noch heute zu einer Diabetikerschulung an?!