



Merkblatt: Fahrzeuglenker mit Diabetes mellitus¹

Gilt für Diabetiker/innen bei Behandlung mit **Unterzuckerungsgefahr**:
Insulin, Sulfonylharnstoffe oder Glinide (Novo-Norm®, Starlix®)

Grundsätzliches	
Im Fahrzeug mitführen	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rasch verfügbare Kohlenhydrate Einzunehmen bei drohender Hypoglykämie: z.B. Süssgetränke, flüssiges Energiekonzentrat, Traubenzucker (mind. 12) usw. ▪ Verpflegung für unterwegs Fahrzeit mehr als eine Stunde: Obst, Knäckebrot, Dörrfrüchte, Riegel, usw. ▪ Blutzuckermessgerät und Diabetikerausweis
Verzicht auf das Fahren unter Alkoholeinfluss	Alkohol verschlechtert die Hypo-Wahrnehmung, Hypoglykämien werden begünstigt
Essenszeiten einhalten, regelmässige Eintragungen im Diabetes-Pass	
Vor Antritt der Fahrt	
Wie ist mein Blutzucker? <ul style="list-style-type: none"> ▪ Blutzuckermessung vor dem Fahren ▪ Abspeichern des Messwertes im Messgerät oder Eintrag des Messwertes im Tagebuch 	Falls Blutzucker unter 5 mmol/l (90mg%): Kein Fahren <ul style="list-style-type: none"> ▪ Einnahme von 20g Kohlenhydrate ▪ Blutzuckerkontrolle nach 20 Minuten Falls Blutzucker zwischen 5 bis 7 mmol/l (90 - 120mg%): <ul style="list-style-type: none"> ▪ 10g Kohlenhydrate einnehmen
Der Blutzucker darf nie unter 5 mmol/l (90mg%) liegen!	
Vorsichtsmassnahmen nach körperlicher Anstrengung:	Falls Insulindosis nicht reduziert und Blutzucker zwischen 5 und 6 mmol/l (90-110mg%): <ul style="list-style-type: none"> ▪ zwingend vermehrte Zufuhr von Kohlenhydraten (10-20g vor der Fahrt und 10g pro Stunde während der Fahrt) Falls Insulindosis reduziert und Blutzucker zwischen 5 und 6 mmol/l (90-110mg%): <ul style="list-style-type: none"> ▪ 10g Kohlenhydrate einnehmen
Vorsichtsmassnahmen nach vorausgegangener Mahlzeit:	Blutzucker zwischen 5 und 6 mmol/l (90-110mg%): <ul style="list-style-type: none"> ▪ 10g Kohlenhydrate einnehmen
Bei einer Behandlung mit analogem Insulin allein 1x täglich oder Gliclazid oder Gliniden und nicht in Kombination mit anderen Medikamenten, die Hypoglykämien verursachen, kann die Blutzuckermessung vor dem Fahren weggelassen werden.	Rasch verfügbare Kohlenhydrate und Blutzuckermessgerät müssen im Fahrzeug mitgeführt werden Bei Unklarheiten bezüglich Behandlungsschema und Hypoglykämie-Risikostufe ist der/die behandelnde Arzt/Ärztin zu konsultieren.
Während der Fahrt	
Bei ersten Anzeichen einer Hypoglykämie: Vorsicht: Hypoglykämien werden beim Autofahren generell schlechter wahrgenommen	Sofort anhalten (auch bei Halteverbot, Warnblinkanlage einschalten) und 20 g Kohlenhydrate einnehmen. Weiterfahrt erst nach vollständigem Abklingen der Symptome und erst dann, wenn der Blutzucker über 5 mmol/l liegt: Kontrollmessung nach 30 Minuten.
Bei längerer Fahrt	Zwischenhalte nach 1 bis 1 ½ Stunden, Blutzuckermessung: Falls Blutzucker zwischen 5 und 6 mmol/l (90-110mg%): <ul style="list-style-type: none"> ▪ 10 g Kohlenhydrate einnehmen

¹SGRM-Referenzmerkblatt: "Fahrzeuglenker mit Diabetes mellitus". Genehmigt November 2015

Das Merkblatt basiert auf die „Richtlinien bezüglich Fahreignung und Fahrfähigkeit bei Diabetes“ der SGED, SDG und SGRM vom 24.06.2015.