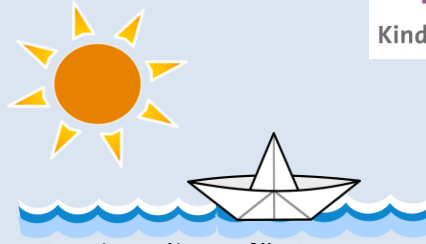


Handgepäck- bei Flugreisen-

sonst alles in einen Diabeteskoffer



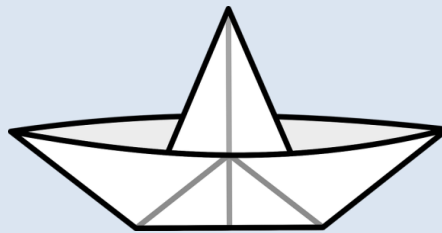
- Insuline (gekühlt aufbewahren)
- Spritzen/Pens (Ersatznadeln) oder Ersatzspritzen für Pumpenträger
- Notfallspritze/Glukagon
- Teststreifen (Blutzucker, Ketone).
- Messgerät und Ersatzbatterien, ggf Ersatzmessgerät
- Stechhilfe, Lanzetten
- Diabetes-Tagebuch
- Traubenzucker, andere Hypohelfer in rauen
- Diabetikerausweis ggf mit Übersetzung in Landessprache
- Attest für Kontrollen am Flughafen / an der Grenze (Betreff: Notwendigkeit des Mitführens von Insulinspritzen) und Flüssigkeiten wie liquid Dextro oder Säfte, Insulin
- Krankenkassenkarte
- Katheter
- Ersatzbatterien für Insulinpumpe

Hauptgepäck

- Vorräte: Insulin
- Reservoir für Pumpennutzer, doppelte Menge / oder prefilled Reservoir falls vorhanden
- Bei Spritzen/ Pen-Nutzung: Insulinfläschchen U 40 und U-40-Spritzen oder U-100-Spritzen, falls Pen defekt
- Teststreifen (Blutzucker, Azeton), doppelte Menge
- Traubenzucker
- Kohlenhydrat-Austauschtabelle
- evtl. Süßstoff oder andere liebgewonnene Ernährungshilfen, die evtl vor Ort nicht verfügbar sind

Achtung:

- Hitze / Sonnenbäder können die Insulinwirkung beschleunigen
- Viel Bewegung senkt den Blutzucker
- Notfallnummern der betreuenden Station und des Diabetes-Teams mitnehmen
- Informieren Sie sich vor der Reise über das nächstliegende Krankenhaus, das auch über eine Diabetologie/ Pädiatrie verfügt
- Sprechen Sie vor langen Flügen nach Amerika oder Asien mit dem Diabetesteam. Denn bei den Reisen in die USA z.B. verlängern sich die Tage: Der Insulinbedarf steigt. Nach Asien werden die Tage während der Reise kürzer, der Insulinbedarf verringert sich
- Wenn Sie Insulin und Spritzen mit sich führen, sollten Sie für Flugreisen und Grenzkontrollen eine ärztliche Bescheinigung mit sich führen



Quelle: Diabetes.de