

Checkliste: Wie erkenne ich eine Unterzuckerung?

Phase 1 (Erste Anzeichen):

- Blässe im Gesicht
- weite Pupillen
- Schweißausbruch
- Zitterigkeit
- Herzklopfen / schneller Puls
- Unruhe
- Angst und Druckgefühl
- plötzlicher Heißhunger

Phase 2 (beginnender Zuckermangel im Gehirn):

- Kribbeln in den Lippen
- Kopfschmerzen
- Nervosität
- Konzentrationsstörungen
- Gleichgewichtsstörungen, Schwindelzustände
- Bewusstseinsstörung
- Schläfrigkeit
- Herzrasen, Muskelschwäche, weiche Knie
- Verwirrtheit
- Wesensänderungen (Aggressivität, Albernheit)
- beginnende Sprachstörungen
- Störungen im Bewegungsablauf
- Sehstörungen (Doppelbilder, Augenflimmern)

Phase 3 (fortgeschrittener Zuckermangel im Gehirn):

- fortgeschrittene Sprach- und Sehstörungen
- Orientierungslosigkeit
- Lähmungserscheinungen
- Krampfanfall
- Bewusstlosigkeit

So erreichen Sie uns:

diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe • Albrechtstr. 9 • 10117 Berlin

Tel.: 030 201 677-0 • info@diabetesde.org • www.diabetesde.org • www.deutsche-diabetes-hilfe.de