

Wo erhalten Sie eine qualifizierte Beratung?

Dieses Poster ersetzt keine qualifizierte Diabetesberatung. Wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt oder Ihre diplomierte Diabetes-Fachberaterin HF oder an die Diabetes-Gesellschaft in Ihrer Nähe. Alle unsere BeraterInnen sind von den Schweizer Krankenkassen anerkannt:

Aargauer Diabetes-Gesellschaft	Kantonsspital/Haus 16	5000 Aarau	T. 062 824 72 01
Diabetes-Gesellschaft Region Basel	Mittlere Strasse 35	4056 Basel	T. 061 261 03 87
Berner Diabetes Gesellschaft	Falkenplatz 1	3012 Bern	T. 031 302 45 46
Diabetes-Gesellschaft GL-GR-FL	Steinbockstrasse 2	7001 Chur	T. 081 253 50 40
Diabetes-Gesellschaft Oberwallis	Bachhaltweg 9	3900 Brig	T. 027 924 36 78
Ostschweizerische Diabetes-Gesellschaft	Neugasse 55	9000 St. Gallen	T. 071 223 67 67
Diabetes-Gesellschaft des Kt. Schaffhausen	Vordergasse 32/34	8200 Schaffhausen	T. 052 625 01 45
Solothurner Diabetes-Gesellschaft	Solothurnerstrasse 7	4601 Olten	T. 062 296 80 82
Zentralschweizerische Diabetes-Gesellschaft	Falkengasse 3	6004 Luzern	T. 041 370 31 32
Diabetes-Gesellschaft Zug	Weidstrasse 5	6300 Zug	T. 041 711 48 19
Zürcher Diabetes-Gesellschaft	Hegarstrasse 18	8032 Zürich	T. 044 383 00 60
Association Fribourgeoise du Diabète	Route des Daillettes 1	1709 Fribourg	T. 026 426 02 80
Association Genevoise des Diabétiques	Rue de la Synagogue 41	1204 Genève	T. 022 329 17 77
Association Jurassienne des Diabétiques	Case postale 6	2854 Bassecourt	T. 032 422 72 07
Association des Diabétiques du Jura bernois	Rue Neuve 52	2613 Villeret	T. 032 941 41 21
Association Neuchâteloise des Diabétiques	Rue de la Paix 75	2301 La Chaux-de-Fonds	T. 032 913 13 55
Association Valaisanne du Diabète	Rue des Condémines 16	1950 Sion	T. 027 322 99 72
Association Vaudoise du Diabète	Chemin de Rovéréaz 5	1012 Lausanne	T. 021 657 19 20
Associazione Ticinese per i Diabetici	Via Motto di Mornera 4	6500 Bellinzona	T. 091 826 26 78

Werden Sie Mitglied bei einer Diabetes-Gesellschaft in Ihrer Nähe und profitieren Sie von den angebotenen Kursen und Vorträgen. Bei einer Mitgliedschaft erhalten Sie zudem unsere Zeitschrift «d-journal» mit vielen informativen und aktuellen Themen gratis. Das «d-journal» ist in Deutsch, Französisch und Italienisch erhältlich.

Mit freundlicher Unterstützung von:



© SDG, August 2010



Schweizerische Diabetes-Gesellschaft
Association Suisse du Diabète
Associazione Svizzera per il Diabete

Empfehlungen beim Typ-2-Diabetes

Diabet Tip-2-öneriler

Propozime për diabetin e tipit 2

www.diabetesgesellschaft.ch
Spendenkonto: PC-80-9730-7

Deutsch

Anzeichen

Müdigkeit / Schläfrigkeit / Schwächegefühl

trockener Mund / Durst

häufiges Wasserlösen

Wie reagieren?

Blutzucker kontrollieren (alle 2 – 4 Stunden)

Viel trinken!
Flüssigkeitszufuhr ohne Zucker, z.B. ungesüsster Tee, natürliches Mineralwasser, Wasser

Bei zusätzlicher Übelkeit, Erbrechen, Bauchschmerzen und Erhöhung des Blutzuckers über 15 mmol/l: Arzt sofort benachrichtigen!

Blutzuckersenkende Therapie mit dem Arzt neu besprechen!

Mögliche Ursachen

- Ernährungsfehler
- Infektionen, Fieber (z.B. Entzündungen der oberen Luftwege und Harnwege, Magen-Darmentzündungen)
- Nicht Einhalten der blutzuckersenkenden Therapie
- Versagen der blutzuckersenkenden Medikamente
- Medikamente, welche die Insulinwirkung hemmen (z.B. Kortison)

Persönliche Notizen:

Kişisel notlar:

Shënime personale:

Hiperglisemi

«Kanda çok fazla şeker!»

Türkisch / Türkçe

Hiperglikemi

«Tepër sheqer ne gjak!»

Albanisch / Shqip

Shënjat

Belirtiler

Yorgunluk / Uyuşukluk / Halsizlik



lodhje / gjumësi / debolesë

Ağız kuruluğu / Susuzluk



gojë e thatë / etje

Sık idrara çıkma



urinim i shpeshtë

Si duhet reaguat?

Kan şekeri kontrol edimeli (her 2 – 4 saatte)

Kontrolloni sheqerin në gjak (çdo 2 – 4 orë)



Bol içecek içilmeli!

Şekersiz sıvı tüketimi,
örneğin şekersiz çay, doğal madensuyu, su

Pini shumë!

Pije pa sheqer,
p.sh. çaj pa sheqer, ujë mineral, ujë çesme



Ne yapmalı?

İlaveten bulantı, kusma, karın ağrısı ve 15 mmol/l üzeri kan şekeri durumlarında: Derhal doktorunuza bildirin!

Ne rastet e vilanisë, vjelljeje, dhimbjet e barkut dhe vlerës së sheqerit mbi 15 mmol/l: Lajmëroni mënjëherë mjekun!



Doktor ile kan şekeri düşürücü tedaviyi yeniden görüşünüz!

Bisedoni me mjekun për një terapi të re për uljen e sheqerit në gjak !

Olası nedenler
shkaqet e mundëshme

- Hatalı beslenme
- Enfeksiyonlar, ateş (örneğin üst solunum yolu ve idrar yolu iltihaplanmaları, mide ve bağırsak iltihapları)
- Kan şekeri tedavisine uymamak
- Kan şekeri düşürücü ilaçların başarısızlığı
- İnsülinin etkisini engelleyen ilaçlar (örneğin kortizon)

- ushqim i gabuar
- Infektim, temperatur (p.sh. acarim në rrugët e frymëmarrjes dhe të urinës, acarim në stomak dhe në zorrë)
- Moszbatimi i terapisë për uljen e sheqerit në gjak
- Humbja e efektshmërisë së ilaçeve për uljen e sheqerit në gjak
- Pirja e ilaçeve të cilat pengojnë efektshmërinë e insulinës (p.sh. Kortizon)