

Viele Patienten oft ungenügend auf schwere Unterzuckerung vorbereitet

### **Glukagon Notfall-Set – ein Schutzengel für alle Fälle**

(Mainz, 25. August 2004 – hhp) **Kopfschmerzen, Abgeschlagenheit, Schwierigkeiten sich zu konzentrieren – was nach den Vorboten einer Erkältung aussieht, kann bei Menschen mit Diabetes oft ein ernst zu nehmender Hinweis auf eine Unterzuckerung (Hypoglykämie) sein. Wird eine „Hypo“ nicht rechtzeitig vom Patienten erkannt und behandelt, kann es zu einer schweren Unterzuckerung mit Bewusstlosigkeit oder gar Krampfanfällen kommen. Der Patient ist dann unbedingt auf fremde Hilfe angewiesen. Das größte Risiko für eine schwere Unterzuckerung haben insulinpflichtige Menschen mit Typ 1 Diabetes. Aber auch Menschen mit Typ 2 Diabetes sind gefährdet – egal ob sie mit Insulin oder blutzuckersenkenden Tabletten behandelt werden. Jeder Diabetiker, der zu schweren Unterzuckerungen neigt, sollte deshalb informiert sein, was im Notfall zu tun ist und über mindestens ein Glukagon-Notfall-Set verfügen. Glukagon ist ein Hormon, das bei extrem niedrigem Blutzucker dafür sorgt, dass der Körper Zuckerreserven freisetzt. Im Falle einer schweren Unterzuckerung wird es gespritzt, so dass der Blutzucker schnell wieder ansteigt. Angehörige, Arbeitskollegen und Bekannte können dann im Fall der Fälle selbst die notwendige Glukagon-Spritze verabreichen. Wichtig: Sie müssen stets wissen, wo das Notfall-Set aufbewahrt wird und sollten im Umgang damit geschult sein. Dann ist schnelles und richtiges Handeln im Notfall möglich.**

Zu viel Insulin gespritzt, Mahlzeiten ausgelassen, ungewohnt viel bewegt oder übermäßig Alkohol getrunken – das alles sind Gründe, die bei Diabetikern zu einer Unterzuckerung (Hypoglykämie) führen können. Sie ist nach wie vor die häufigste „Nebenwirkung“ einer Diabetes-Therapie mit Insulin oder blutzuckersenkenden Tabletten und dadurch gekennzeichnet, dass der Blutzuckerspiegel unter den Normalwert sinkt. Doch „Hypo“ ist nicht gleich „Hypo“. Je nachdem, welche Symptome sich bemerkbar machen, unterscheidet man zwischen einer leichten und einer schweren Unterzuckerung. Nicht alle „Hypo-Warzeichen“ müssen dabei gleichzeitig auftreten. Sie können individuell sehr verschieden sein und werden oft auch unterschiedlich wahrgenommen. So passt sich der Körper bei häufigen Unterzuckerungen an die niedrigen Blutzuckerwerte an, und die rechtzeitige Wahrnehmung kann unter Umständen schlechter werden. Grundsätzlich gilt: Bei einer leichten Unterzuckerung mit Symptomen wie Schweißausbruch, Pulsrasen oder Heiß-

zuckerung mit Symptomen wie Schweißausbruch, Pulsrasen oder Heißhunger, kann sich der Patient selbst helfen: Meist reichen schon wenige Täfelchen Traubenzucker oder ein Glas eines gezuckertes Getränkes (keine „Light-Produkte“) aus, um den Blutzuckerspiegel wieder anzuheben. Leichte Unterzuckerungen sind zwar unangenehm, aber unbedenklich. Kritisch wird es erst, wenn die ersten Anzeichen einer Unterzuckerung nicht bemerkt oder beachtet werden und der Blutzucker unter 50 mg/dl bzw. 2,8 mmol/l sinkt. Dann entsteht ein starker Zuckermangel im Gehirn, der bis hin zu Lähmungserscheinungen, Krämpfen oder gar Bewusstlosigkeit führen kann – und im schlimmsten Fall sogar lebensbedrohlich ist. In dieser Phase ist der Mensch mit Diabetes unbedingt auf fremde Hilfe angewiesen, zum Beispiel in Form einer Glukagon-Spritze.

### **Glukagon - der Schutzengel, auf den man sich verlassen kann**

Glukagon ist ein Hormon, das vorhandene Zuckerreserven im Körper freisetzt und den Blutzuckerspiegel innerhalb kurzer Zeit wieder ansteigen lässt. „Um für eine schwere Unterzuckerung gut vorbereitet zu sein, sollte jeder insulinpflichtige Diabetiker mindestens ein Glukagon-Notfall-Set besitzen“, erklärt Prof. Dr. Thomas Haak vom Diabetes-Zentrum Mergentheim. „Noch ratsamer ist es, mehrere Notfall-Sets kühl zu deponieren, zum Beispiel zu Hause, am Arbeitsplatz bzw. in Kindergarten oder Schule – dann ist der Patient rundum gewappnet.“ Das Notfall-Set sollte kühl bei +2°C bis +8°C gelagert werden. Auf Wanderungen, Radtouren oder in den Urlaub ist eine Mitnahme ratsam.

Im Notfall wird das Glukagon-Pulver in Wasser gelöst und dann entweder unter die Haut oder in den Muskel gespritzt. Sobald der Patient wieder bei Bewusstsein ist, sollte er „schnelle Energie“ in Form von Traubenzucker und „langsamere Energie“ in Form von Brot zu sich nehmen. „Kommt der Patient trotzdem nicht zu Bewusstsein, muss sofort ein Notarzt alarmiert werden“, erklärt Haak. „Das gilt auch für den Fall, wenn die Situation nicht klar oder man unsicher ist.“ Egal ob Angehörige, Freunde, Arbeitskollegen oder Lehrer – alle Personen im näheren Umfeld eines Menschen mit Diabetes sollten stets wissen, wo er sein Notfall-Set aufbewahrt, wann es gebraucht wird und wie man damit umgeht. Voraussetzung ist, dass der Arzt bzw. das Diabetesteam die Betroffenen im Vorfeld umfassend aufklären und schulen: Sie erläutern die Ursachen und Symptome einer Unterzuckerung, vermitteln die richtige Handhabung des Notfall-Sets und stellen entsprechende Informationsmaterialien zur Verfügung. „Denn nur wer gut informiert und geschult ist, kann im Notfall schnell und richtig handeln“, so Haak.