



Insulin

Fragen & Antworten





Ich habe Angst zu spritzen, das tut doch sicher weh, oder?

Sie werden überrascht sein, wie einfach das Spritzen dank moderner Insulinpens ist. Die feinen Nadeln sorgen dafür, dass Sie die Injektion kaum spüren werden.



Warum muss ich überhaupt Insulin spritzen? Ich nehme doch schon Tabletten.

Die Tabletten, die Sie nehmen, können helfen den Blutzucker zu senken. Wenn sie nicht ausreichen, muss dem Körper von außen Insulin zugeführt werden. Dadurch wird der natürliche Prozess der Zuckeraufnahme unterstützt und die Körperzellen mit der benötigten Energie versorgt.



Macht Insulin nicht abhängig?

Nein. Insulin ist ein körpereigener Stoff (natürliches Hormon aus der Bauchspeicheldrüse), den der Körper braucht. In der Insulintherapie wird ersetzt, was der Körper selbst nicht mehr ausreichend herstellen kann. Die körpereigenen Vorgänge werden nachgeahmt und wieder hergestellt.



Wenn ich Insulin spritzen muss, habe ich dann einen „schweren“ Diabetes?

Nein, dass Sie jetzt Insulin spritzen bedeutet nicht automatisch, dass Sie einen schweren Diabetes haben. Sie geben dem Körper soviel Insulin wie er zusätzlich benötigt. Die tatsächliche Menge ist von Mensch zu Mensch sehr unterschiedlich.



Schränkt Insulin meinen Alltag nicht total ein?

Insulinpens von heute sind elegant und leicht. Sie erlauben eine diskrete Injektion, die mit etwas Übung schnell von der Hand geht. Moderne Insuline sind mittlerweile so gut, dass sie in der Regel eine gewisse Flexibilität im Injektionszeitpunkt erlauben. Falls Sie berufstätig sind, könnten Injektionen zu Hause möglich sein.



Autofahren ist jetzt gar nicht mehr möglich, oder?

Doch, Sie können auch weiterhin ins Auto steigen. Aus Sicherheitsgründen sollten Sie jedoch vor jeder Fahrt Ihren Blutzucker messen und dokumentieren. Achten Sie darauf, immer Ihr Blutzuckermessgerät und Teststreifen, schnellwirksame Kohlenhydrate wie Traubenzucker und langwirksame Kohlenhydrate wie Müsliriegel mit an Bord zu haben.



Ist Insulin eine „Strafe“ für meine Diätsünden aus der Vergangenheit?

Nein! Sie erhalten Insulin, weil Ihr Körper es benötigt. Dadurch wird Ihre Bauchspeicheldrüse unterstützt und entlastet.



Verursacht Insulin nicht ständigen Hunger und macht dick?

Moderne Insulintherapien benötigen keine Zwischenmahlzeiten und verursachen kaum nennenswerte Gewichtszunahmen. Eine ausgewogene Ernährung hilft dabei Ihr Gewicht zu halten und fit zu bleiben. Ihr Arzt bespricht mit Ihnen genau, wie Sie Ernährung und Insulintherapie aufeinander abstimmen können.



Muss ich mit Insulin nun mein ganzes Leben lang strenge Diät halten und mich an feste Essenszeiten halten?

Nein, eine Insulintherapie ist nicht mit einer strengen Diät verbunden. Allerdings hilft Ihnen eine gesunde und ausgewogene Ernährung dabei, Ihr Gewicht zu halten oder sogar zu reduzieren. Ihr allgemeines Wohlbefinden und Ihre Leistungsfähigkeit werden unterstützt.



Muss ich nun ständig Angst vor einer Unterzuckerung haben?

Eine Unterzuckerung im Rahmen einer Insulintherapie ist nicht ausgeschlossen. Durch den Einsatz moderner Insuline und durch eine gute Abstimmung von Ernährung und Insulintherapie sind heutzutage Hypoglykämien relativ selten. Trotzdem sollten Sie und Ihre Angehörigen die Anzeichen einer Unterzuckerung kennen und wissen was dagegen zu tun ist.



Wie kann ich eine Hypoglykämie überhaupt erkennen?

Sollte es zu einer Hypoglykämie kommen, kann sich diese etwa durch Heißhunger, Lippenkribbeln, Kopfschmerz oder Schwindelgefühle äußern. Auch Gereiztheit, Sehstörungen oder Zittern können Symptome einer Hypoglykämie sein. Auf diese hilfreichen Anzeichen können Sie mit der Aufnahme von Traubenzucker selbst reagieren: Die allermeisten Unterzuckerungen sind leicht und schnell behebbar. Wenn möglich, messen Sie danach Ihren Blutzucker damit Sie wissen, ob und welche weiteren Maßnahmen Sie ergreifen sollten. Wenn Sie Unterzuckerungen erlebt haben, können Sie durch die Prüfung möglicher Ursachen zukünftigen Hypoglykämien effektiver vorbeugen.



Kann ich jetzt überhaupt noch verreisen?

Das ist weiterhin problemlos möglich. Da sich auf Reisen in der Regel der Tagesablauf ändert, empfiehlt sich eine häufigere Blutzuckerkontrolle, ansonsten steht dem nächsten Urlaub nichts im Wege. Denken Sie daran, ausreichend Insulin und alle notwendigen Utensilien einzupacken, da diese im Ausland vielleicht nicht immer und überall erhältlich sind. Besprechen Sie mit Ihrem Arzt, ob und was Sie an Ihrer Insulintherapie während der Reise anders machen sollen.

Wir wünschen Ihnen einen erfolgreichen Start in die Insulintherapie!

Das ServiceCenter Diabetes steht Ihnen für Ihre Fragen
gerne zur Verfügung.

Weitere Informationen finden Sie auch im Internet unter
diabetes.sanofi.de

Ihr ServiceCenter Diabetes

0800 52 52 010

(gebührenfrei aus dem
dt. Fest- und Mobilfunknetz)

servicecenter-diabetes@sanofi.com

SANOFI 