

Mit Diabetes mellitus mobil

Mehr als sechs Millionen Menschen in Deutschland leiden an Diabetes. Die Dunkelziffer dürfte jedoch deutlich höher liegen. Betroffene müssen sich auf veränderte Risiken bei der Teilnahme am Straßenverkehr einstellen. Eine ärztliche Beratung ist geboten.

Wie stellen Sie fest, ob Sie betroffen sind?

Unstillbarer Durst und bleierne Müdigkeit sind oftmals die ersten Anzeichen eines Diabetes mellitus. Doch erst wenn starke Sehstörungen auftreten, gehen viele Betroffene zum Arzt. Dieser stellt die Diagnose anhand erhöhter Blutzuckerwerte. Die Ursachen der so genannten Zuckerkrankheit sind vor allem Übergewicht, Fehlernährung, Bewegungsmangel und eine familiäre Vorbelastung. Folgeerkrankungen wie Schäden an Herz, Gefäßen, Nerven, Nieren und Augen können die Belastbarkeit und das Reaktionsvermögen von (motorisierten) Verkehrsteilnehmern erheblich einschränken.

Wie wirkt sich diese Erkrankung auf die aktive Teilnahme am Straßenverkehr aus?

Das Unfallrisiko von Kraftfahrern mit Diabetes ist grundsätzlich nicht höher als das der Allgemeinbevölkerung. Vorausgesetzt die Betroffenen sind medikamentös gut eingestellt und haben Schulungen besucht. Unfallursachen stellen neben akuten Sehstörungen in erster Linie Unterzuckerungen (Hypoglykämie) aufgrund einer Stoffwechselentgleisung dar. Insbesondere Menschen mit Diabetes, die auf Insulin angewiesen sind, laufen Gefahr in diesen äußerst kritischen Zustand zu geraten. Hier drohen Kontrollverlust und Bewusstlosigkeit.

Gut behandelt und eingestellt, kommt der Kohlenhydratstoffwechsel wieder ins Lot. Aber die Blutzuckerbalance ist anfällig: Jede Art von Infektion und belastendem Stress lassen den Blutzucker nach oben entgleisen. Die Gefahr einer Unterzuckerung droht dagegen beim Auslassen von Mahlzeiten, bei ungewohnter körperlicher Anstrengung vor der Fahrt und zusätzlichem Alkoholkonsum. Oder wenn sich ein Diabetiker bei seinem Insulinbedarf verschätzt und zu viele Einheiten gespritzt hat.

Was ist zu tun, wenn während der Fahrt eine Unterzuckerung auftritt?

Jeder Erkrankte sollte bereits die ersten Anzeichen einer Unterzuckerung erkennen. Diese äußern sich unterschiedlich und können folgende Symptome umfassen: Heißhunger, pelzige Lippen, Schwitzen,

Zittrigkeit, Kopfschmerzen, Schwindel, Seh-, Konzentrations- und Koordinationsstörungen, Verstimmung und Reizbarkeit.

Tritt während der Fahrt unvorhergesehen Unterzucker auf, gilt es, rechts ran zu fahren, Traubenzucker zu essen und zu warten, bis man sich wieder gut fühlt. Anschließend sollte unbedingt mit dem behandelnden Arzt geklärt werden, wie es zu dieser Notfallsituation kommen konnte.

Kraftfahrer, die nicht mehr rechtzeitig anhalten können und einen Unfall verursachen, müssen ein verkehrsmedizinisches Gutachten zum Erhalt der Fahrerlaubnis vorlegen, wenn ihnen Unterzuckerung als Unfallursache nachgewiesen wurde.

Ratschläge für Betroffene

Bei ungewöhnlich großem Durst, Schwächegefühlen und Sehstörungen den Blutzucker prüfen (lassen).

Für insulinpflichtige Autofahrer gilt:

- Unterwegs beim geringsten Verdacht auf Unterzuckerung (Hypoglykämie) die Fahrt sofort unterbrechen und den Blutzucker messen.
- Bei Unterzuckerung erst schnell wirksame Kohlenhydrate (Traubenzucker) nehmen, dann durch langsamer wirkende (Apfel, Brotscheibe) ergänzen.
- Bei längeren Fahrten etwa alle zwei Stunden Pausen machen, Mahlzeiten einhalten und lange Nachfahrten vermeiden.
- Nach ungewohnten körperlichen Anstrengungen nicht sofort losfahren. Vorher essen (Apfel, Brot).
- Diabetikerausweis, Blutzuckerteststreifen, Insulin, Spritzen, Notfallmedikamente (Glukagon) immer dabei haben.
- Regelmäßig vom Arzt untersuchen lassen, insbesondere die Augen.

Adressen von Fachärzten mit verkehrsmedizinischer Qualifikation finden Sie in unserer Broschüre „Leitfaden zur Wiedererlangung der Fahreignung nach Erkrankung“. Spezialisten für die Diabetesbehandlung können Sie bei der Krankenkasse erfragen.