AMBULANTE PFLEGE · STOFFWECHSEL: DIABETES MELLITUS

Hypoglykämie im Alltag – Selbstmanagement und Erste Hilfe zu Hause

FACHLICH GEPRÜFT 18.11.2026

> MERKE
> Erst messen, dann Traubenzucker – nach 15 Minuten nachmessen; wer bewusstlos ist, bekommt nichts in den Mund, sondern 112 und (falls vorhanden) Glukagon.

Der Blutzucker fällt zu tief, meist weil im Verhältnis zum Bedarf zu viel Insulin oder insulinfreisetzende Medikamente wirken. Das Gehirn bekommt zu wenig Glukose .

Leitsymptome

- Autonome Zeichen: Schwitzen, Zittern, Heißhunger, Herzklopfen, Ängstlichkeit .
- Gehirn-Zeichen (neuroglykopen): Wortfindungsstörungen, Reizbarkeit, Sehstörungen/Doppelbilder, Kopfschmerzen, Schläfrigkeit, Koordinationsstörungen, Bewusstseinsstörung bis Bewusstlosigkeit, Krampfanfall .
- Im Alter: Warnzeichen werden später wahrgenommen, die Gehirnfunktion leidet aber schon bei leicht erniedrigten Werten, Symptome können anders aussehen (z. B. Verwirrtheit, Sturz) und (Beispiele).
- Einteilung nach DDG: **milde** Hypoglykämie = Betroffene können sich selbst mit Kohlenhydraten helfen; **schwere** Hypoglykämie = Fremdhilfe nötig **. Grenzwerte im CGM: unter 70 mg/dl bzw. unter 54 mg/dl** .

Pflege: Beobachtung

- Risikopersonen kennen: Insulin, Sulfonylharnstoffe, Niereninsuffizienz, wenig Appetit, Erbrechen, Durchfall .
- Wurde gegessen? Wurde Insulin gespritzt, und welches? Spritz-Ess-Abstand.
- Nächtliche Hypoglykämien: Albträume, Nachtschweiß, morgendliche Kopfschmerzen.

Komplikationen und Warnzeichen

- **112** bei Bewusstlosigkeit, Krampfanfall, wenn Schlucken nicht sicher ist oder sich der Zustand trotz Glukose nicht bessert (Fremdhilfe) und.
- Folgen: Sturz mit Verletzungen; bei Sulfonylharnstoffen oder lang wirkenden Insulinen lang anhaltende oder wiederkehrende Hypoglykämien (prolongierte Hypoglykämien bei Wocheninsulinen) und.
- Hausärztliche Rückmeldung bei jeder schweren Hypoglykämie.
- Behandlung schwerer Hypoglykämien in der Klinik -> Siehe auch Teil 2.

GANZER BEITRAG · ERKLÄRUNGEN · QUELLEN

stationsfuchs.de/krankheitsbilder/hypoglykaemie-im-alltag

Kostenlos lernen ohne Anmeldung: Quiz, Laborwerte, Pflegeplanung und mehr auf stationsfuchs.de

Lernhilfe für die Ausbildung. Ersetzt keine Leitlinie, keinen Standard und keine ärztliche Anordnung.
Darf frei kopiert, gedruckt und weitergegeben werden. Nicht verändern, nicht verkaufen. © Meshor GmbH