Hjælp en medborger:

**Kender du symptomerne på lavt blodsukker?**

**Flere end 47.000 borgere i Region Sjælland lider af diabetes. Diabetes er blevet en folkesygdom, og i takt med sygdommens udbredelse stiger behovet for viden om, hvordan man kan hjælpe ved tilfælde af lavt blodsukker. En ny gratis plakat skal vejlede borgerne.**

”Lavt blodsukker kan opleves som meget ubehageligt og kan medføre en følelse af at miste kontrollen både fysisk og psykisk. Det er en tilstand, de fleste med diabetes er i risiko for at opleve, og hvis uheldet er ude, er det trygt at vide, at nogen kan hjælpe”, siger Birger Thorsteinsson, professor, overlæge, dr. Med, Nordsjællands Hospital – Hillerød, som i samarbejde med Novo Nordisk har udarbejdet plakaten.

For at få det gode budskab så bredt ud som muligt, kan du nemt og gratis bestille plakaten til din arbejdsplads, forening eller lignende.

*På plakaten kan man blandt andet læse:*

**Hvordan kan jeg se, om en person med diabetes har lavt blodsukker?**

Symptomer ved lavt blodsukker er ikke altid lette at se. Nogle har nemlig tydelige symptomer, mens andre er sværere at identificere. Lavt blodsukker kan ses ved, at personen med diabetes:

* er irritabel
* er bleg
* er ukoncentreret
* ryster
* sveder
* er forvirret og uklar
* snøvler og virker beruset
* får kramper eller mister bevidstheden

**Hvordan kan du hjælpe?**

Hvis din kollega, eller anden bekendt fortæller dig om sin sygdom, kan I tage en snak om, hvordan du skal reagere, hvis du mener at se symptomer på lavt blodsukker. Når I taler sammen om lavt blodsukker, skal

du være opmærksom på, at der er forskellige niveauer af lavt blodsukker.

*Insulinføling (begyndende symptomer, som personen selv kan afhjælpe)*

Personen, som får lavt blodsukker, kan ofte klare det selv eller eventuelt selv bede om hjælp til for eksempel hurtigt at få hentet et glas juice, sød saft, sodavand eller druesukker (15-20 gram hurtige kulhydrater).

*Insulintilfælde (hvor personen med lavt blodsukker har behov for hjælp fra andre)*

Hvis symptomerne er meget fremtrædende (insulintilfælde), men du stadig kan komme

i kontakt med personen, skal du, som beskrevet ovenfor, forsøge at få personen med lavt blodsukker til at drikke juice, sød saft, sodavand eller indtage druesukker.

*Insulinshock (bevidstløshed og kramper)*

I tilfælde af insulinshock, hvor personen med diabetes bliver bevidstløs og eventuelt får kramper, skal du altid straks ringe 112. Husk at du aldrig må forsøge at give mad eller drikke til en bevidstløs person, da der

er risiko for fejlsynkning.

Hvis lavt blodsukker er et tilbagevendende problem, er det vigtigt at tale med en læge om det. Det kan være, at diabetesmedicinen skal justeres eller skiftes.

**Bestil plakaten til din arbejdsplads gratis her:**

Novo Nordisk Kundeservice (Danmark)

Telefon +45 80 20 02 40 eller via E-mail [kundeservicedanmark@novonordisk.com](mailto:kundeservicedanmark@novonordisk.com)

**Kontaktperson:**

Maria Larsson

Telefon: +45 31 60 60 10

E-mail: [mlarsson@kreabgavinanderson.com](mailto:mlarsson@kreabgavinanderson.com)

**Kilde:**

På nedenstående link kan man se tallene for de enkelte kommuner, antallet af udiagnosticerede diabetikere, samt antallet af personer med prædiabetes

Link: <http://www.diabetes.dk/presse/diabetes-i-tal/diabetesrisiko-i-din-kommune.aspx>