

Merkblatt: Fahrzeuglenker mit Diabetes mellitus¹

Gilt für Diabetiker/innen bei Behandlung mit **Unterzuckerungsgefahr**:

Insulin, Sulfonylharnstoffe (Gliclazid®, Diamicon®) **oder Glinide** (Novonorm®)

Grundsätzliches	
Im Fahrzeug mitführen	Rasch verfügbare Kohlenhydrate (KH) Einzunehmen bei drohender Hypoglykämie: z.B. Süssgetränke, flüssiges Energiekonzentrat, Traubenzucker usw. Verpflegung für unterwegs Fahrzeit mehr als eine Stunde: Obst, Knäckebrot, Dörrfrüchte, Riegel usw. Blutzuckermessgerät und Diabetikerausweis
Verzicht auf das Fahren unter Alkoholeinfluss	Alkohol verschlechtert die Hypo-Wahrnehmung, Hypoglykämien werden begünstigt
Essenszeiten einhalten	
Vor Antritt der Fahrt	
DiabetikerInnen <u>ohne</u> CGMS (kontinuierliches Glucose-Monitoringsystem): Blutzuckermessung vor dem Fahren Blutzucker unter 4 mmol/l: Kein Fahren - Einnahme von 20g Kohlenhydraten - Wartezeit von 45 Minuten Blutzucker 4-5 mmol/l: - Einnahme von 10-20g Kohlenhydraten	DiabetikerInnen <u>mit</u> CGMS Blutzucker unter 4 mmol/l: Kein Fahren - Einnahme von 20g Kohlenhydraten - Wartezeit von 45 Minuten - Im Zweifelsfall Blutzuckerwert mittels kapillärer Messung bestätigen
Der Blutzucker darf NIE unter 4 mmol/L liegen!	
Vorsichtsmassnahmen nach körperlicher Anstrengung:	Falls Insulindosis nicht reduziert und Blutzucker zwischen 4 und 5 mmol/l: - zwingend vermehrte Zufuhr von Kohlenhydraten (10-20g vor der Fahrt und 10g pro Stunde während der Fahrt) Falls Insulindosis reduziert und Blutzucker zwischen 4 und 5 mmol/l: 10g Kohlenhydrate einnehmen
Vorsichtsmassnahmen nach vorausgegangener Mahlzeit:	Blutzucker zwischen 4 und 5 mmol/l: 10g Kohlenhydrate einnehmen
Bei einer Behandlung mit ultralang wirksamen Insulinen (Tresiba®/ Toujeo®/Xultophy® allein) 1x täglich oder Gliclazid oder Gliniden und nicht in Kombination mit anderen Medikamenten, die Hypoglykämien verursachen, kann die Blutzuckermessung vor dem Fahren weggelassen werden.	Rasch verfügbare Kohlenhydrate und Blutzuckermessgerät müssen im Fahrzeug mitgeführt werden Bei Unklarheiten bezüglich Behandlungsschema und Hypoglykämie-Risikostufe ist der/die behandelnde Arzt/Ärztin zu konsultieren.
Während der Fahrt	
Bei ersten Anzeichen einer Hypoglykämie: Vorsicht: Hypoglykämien werden beim Autofahren generell schlechter wahrgenommen	Sofort anhalten (auch bei Halteverbot, Warnblinkanlage einschalten) und 20 g Kohlenhydrate einnehmen. Falls kein CGMS: Blutzuckermessung kapillär Weiterfahrt erst nach mindestens 45 Minuten
Bei längerer Fahrt	Falls kein CGMS: Zwischenhalte alle 2 h, Blutzuckermessung: - Falls Blutzucker 4 - 5 mmol/l: 10-20 g KH einnehmen - Falls Blutzucker < 4 mmol/l: 20 g KH einnehmen und 45 Minuten warten

¹SGRM-Referenzmerkblatt: "Fahrzeuglenker mit Diabetes mellitus". Genehmigt durch die SGRM und SGED.

Das Merkblatt basiert auf die „Richtlinien bezüglich Fahreignung und Fahrfähigkeit bei Diabetes“ der SGED und SGRM, veröffentlicht 2025.