

Promemoria per i conducenti di veicoli affetti da diabete mellito¹

Destinato ai diabetici trattati con **rischio di ipoglicemia:**
Insulina, Sulfaniluree (Gliclazid®, Diamicon®) o **Glinidi** (Novonorm®)

| Principi di base | |
|--|---|
| Portare con sé in automobile | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Carboidrati ad assorbimento rapido (da assumere in caso di rischio di ipoglicemia): ad es. bevande zuccherate, concentrati energetici in forma liquida, destrosio (almeno 12 tavolette), cioccolato, ecc. ▪ Spuntino per il viaggio (se il tragitto dura più di un'ora): frutta, cracker, frutta secca, barrette di cereali, ecc. ▪ Glucomero e passaporto del diabetico |
| Non guidare dopo aver consumato bevande alcoliche | L'alcol altera la percezione dell'ipoglicemia aumentandone il rischio |
| Tenere aggiornato il passaporto del diabetico, rispettare gli orari dei pasti | |
| Prima di mettersi alla guida | |
| Diabetici <u>senza</u> CGMS (sistema di monitoraggio continuo del glucosio): Misurazione della glicemia prima di viaggio Glicemia inferiore a unter 4 mmol/l: Nessuna guida <ul style="list-style-type: none"> ▪ Assumere di 20g di carboidrati ▪ Tempo di attesa di 45 minuti Se glicemia tra 4-5 mmol/l: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Assunzione di 10-20g di carboidrati | Diabetici <u>con</u> CGMS Glicemia inferiore a unter 4 mmol/l: Nessuna guida <ul style="list-style-type: none"> ▪ Assumere di 20g di carboidrati ▪ Tempo di attesa di 45 minuti ▪ In caso di dubbio confermare il glucosio nel sangue capillare |
| Il tasso glicemico non deve MAI scendere al di sotto di 4 mmol/l! | |
| Precauzioni da prendere dopo un esercizio fisico: | Se la dose di insulina non è stata ridotta e il tasso glicemico è compreso tra 4 e 5 mmol/l: <ul style="list-style-type: none"> ▪ assumere assolutamente e immediatamente dei carboidrati (10-20 g prima di mettersi alla guida e 10 g all'ora durante il tragitto) Se la dose di insulina è stata ridotta e il tasso glicemico è compreso tra 4 e 5 mmol/l: <ul style="list-style-type: none"> ▪ assumere 10g di carboidrati |
| Misure preventive dopo un pasto: | Tasso glicemico compreso tra 5 e 6 mmol/l <ul style="list-style-type: none"> ▪ assumere 10g di carboidrati |
| Trattamento con insuline ad azione ultralunga (Tresiba®/Toujeo®/Xultophy® solo) una volta al giorno o con gliclazide o glinidi, e non in combinazione con altri medicinali che causano ipoglicemie, non è necessario effettuare la misurazione della glicemia prima di mettersi alla guida. | Portare con sé in automobile carboidrati ad assorbimento rapido e un dispositivo per la misurazione della glicemia . In caso di incertezza sullo schema di trattamento e i gradi di rischio di ipoglicemia, consultare il medico curante. |
| Durante il viaggio | |
| Ai primi segni di ipoglicemia: Attenzione: Le ipoglicemie sono in genere meno percepite durante la guida | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Fermarsi immediatamente (anche in sosta vietata, accendere le luci di emergenza) e assumere 20 g di carboidrati. ▪ Se non si indossa un CGMS: misurazione della glicemia capillare ▪ Proseguire solo dopo almeno 45 minuti |
| In caso di viaggi lunghi | Se non si indossa un CGMS: Fare una pausa ogni due ore di viaggio, controllare la glicemia: <ul style="list-style-type: none"> ▪ In caso glicemia 4 - 5 mmol/l: assumere 10-20 g di carboidrati ▪ In caso glicemia < 4 mmol/l: assumere 20 g di carboidrati e attendere 45 minuti |

¹Foglio di riferimento „Conducenti di veicoli con Diabete mellito“. Approvato da SSED e SSML / Questo opuscolo si basa sulle «Direttive riguardanti l'idoneità e la capacità di guida in caso di diabete» della SSED e della SSML, pubblicato 2025.

