



Accu-Chek® rejseguide

Bad bare videre...

Rejs uden bekymringer.



ACCU-CHEK®

Live life. The way you want.

Fuldstændig afslappet under rejsen

Kære læser,

At være aktiv, rejse og komme omkring – det er det, livet handler om! Når personer med diabetes rejser, er der et par ekstra ting, de på forhånd skal være opmærksomme på for at være vel forberedte – lige meget om det drejer sig om en forretningsrejse, en privat ferie, et træningskursus eller bare en lille smuttur.

Der er forskellige ting, man skal tage højde for, når man forbereder en rejse:

Hvad skal der være i en diabetes-rejsepakke? Kan det tages med om bord på et fly? Påvirker rejser til andre tidszoner blodsukkerniveauet? Hvad skal personer med diabetes huske på, når de spiser mere eksotisk mad?

Denne Accu-Chek® vejledning er udarbejdet med henblik på at give svar på disse spørgsmål og for at sikre, at du er velforberedt i forskellige situationer, når du rejser, så du rigtigt kan nyde de oplevelser, du får på rejsen.

Hav en god tur!

Dit Accu-Chek® team

Indhold

	Side
Velforberedt til en behagelig tur	4
Rejs hvorhen og hvordan, du har lyst	6
Op og afsted	8
Kontrollér når som helst og hvor som helst	10
Spis og nyd, lige hvad du har lyst til	12
Motionér så meget, du har lyst til	14
Andre tips til brugere af insulinpumpe	16
Andre nødvendige ting til rejsen	18
Sygesikringsbevis/sundhedskort	19



Velforberedt til en behagelig tur

Regelmæssig kontrol af dit blodsukker betyder, at du kan kontrollere din diabetes mere afslappet og med større generel forståelse for din sygdom - især når du rejser. Når du er i uvante situationer og omgivelser, kan det for eksempel være nødvendigt at kontrollere dit blodsukker hyppigere. Og når du rejser, vil du uvægerligt bryde dit daglige mønster og din døgnrytme, hvilket betyder, at dit indre ur let kan komme ud af rytme. Variationer i dit blodsukker kan også forårsages af, at du spiser en anden slags mad eller er mere fysisk aktiv, end du plejer.

Alt dette betyder, at det er klogt ikke kun at sammensætte en generel rejsepakke, men også en speciel pakke til din diabetes, før du tager af sted, så du kan fortsætte med at kontrollere dit blodsukker hver dag og tage din insulin som normalt.

Anbefalinger til din diabetes-rejsepakke:

- ✓ Blodsukkerapparat, ekstra batterier, fingerprikker, lancetter
- ✓ Dobbelt så meget insulin, som du forventer at bruge på rejsen
- ✓ Ekstra pen, engangssprøjter
- ✓ Glukose og/eller snacks
- ✓ Glukagon-nødpakke
- ✓ Diabetesdagbog
- ✓ Ved rejse udenlands: Et engelsksproget rejsebrev til tolden/sikkerhedskontrollen, der angiver, at du altid skal have dine sprøjter og din medicin på dig
- ✓ Plaster, saks, pincet og desinfektionsmiddel
- ✓ Din almindelige medicin
- ✓ Temperaturnedsættende medicin, smertestillende midler, medicin mod diarré, kvalme og forstoppelse

Accu-Chek® Tip:

Et diabetes-identitetskort er et vigtigt dokument for personer med diabetes, lige meget hvor de tager hen, et træningskursus, en indkøbstur, en daseferie eller en forretningsrejse. Få din læge til at opdatere dit diabetes-identitetskort, før du rejser.

Hvis du bruger insulin

Når du skal udenlands, så spørg din læge, hvad din insulin hedder i det land, du rejser til, eftersom produkter nogle gange sælges under andre navne i andre lande. Så kan du købe mere insulin på vejen, hvis du får behov for det.

Da insulin kan nedbrydes, må det aldrig udsættes for direkte sollys, ligesom temperaturer over 37°C og frost skal undgås. Hvis dit insulin skifter udseende, farve, danner bundfald eller bliver stribet, bør du ikke længere bruge det, da det kan have mistet sin virkning.

Rejsedokumenter

Personer med diabetes oplever af og til problemer i lufthavne, når de rejser udenlands, fordi udstyr som penne, sprøjter, lancetter og insulinpumper ofte vækker mistanke. Et diabetes-identitetskort og et rejsebrev, der angiver, at du er nødt til at have dit diabetesudstyr på dig, kan hjælpe med til hurtigt at klare situationen. Et diabetes-identitetskort indeholder også en vejledning i, hvordan en nødsituation skal håndteres (f.eks. hypoglykæmi).

Der gælder særlige regler for fly til eller i USA. For detaljer om dette bedes du kontakte det flyselskab, du flyver med. Du kan også finde en oversigt over sikkerhedsbestemmelserne på den amerikanske diabetesforenings (ADA) hjemmeside,

www.diabetes.org.

Rejs hvorhen og hvordan, du har lyst

Med bil, tog, skib eller fly - lige meget hvilken måde du rejser på, er det meget vigtigt, at du er velforberedt, især ved længere rejser.

For at sikre, at din rejse bliver vellykket fra start til slut, anbefaler vi, at du taler med din egen læge, da han eller hun kender netop din situation og derfor kan rådgive dig bedre.

På vejen igen!

Når du kører, er det vigtigste at undgå hypoglykæmi, som kan medføre tab af koncentration, selv inden du bliver opmærksom på det.

Det er derfor en god ide at kontrollere dit blodsukker, inden du tager af sted, uden at du dog behøver at tage ekstra insulin eller reducere fødeindtagelsen, før du tager hjemmefra.

Hav noget sukker inden for rækkevidde under turen. Regelmæssige pauser er med til at undgå stress. Hav et lager af små godbidder og snacks (helst i form af let fordøjelige kulhydrater), som kan hjælpe dig igennem eventuelle trafikøer eller forsinkelser på motorvejen.

Bare for at være på den sikre side er det en god ide at kontrollere dit blodsukker i disse pauser. Afbryd din rejse ved det første tegn på hypoglykæmi.



Skib ohøj!

Alt, hvad du behøver at gøre, er at slappe af og nyde sørejsen! Hvis du bliver søsyg, skal du drikke masser af mineralvand og kontrollere dit blodsukker oftere.

Bliv på sporet

Togrejser er en lige så dejlig og afslappende oplevelse. Bare for en sikkerheds skyld bør du have din rejsepakke ved dig - helst i din håndbagage.

Accu-Chek[®] Tip:

Vi anbefaler, at du får kontrolleret dine øjne regelmæssigt. Og er der nogen bedre anledning til at få sine øjne kontrolleret, end når du planlægger en lang bilrejse?



Op og af sted!

Når du flyver, skal du have din rejsepakke i din håndbagage, som du anbringer inden for rækkevidde under sædet. Eftersom insulin ikke kan klare de lave temperaturer, der er i et flys bagagerum, er det ikke egnet til at blive transporteret som indchecket bagage.

Desværre er forsinkelser, overnatninger eller annulleringer ikke usædvanlige, så det er en god ide at pakke sine ting, så alt, hvad du behøver, altid er lige ved hånden.

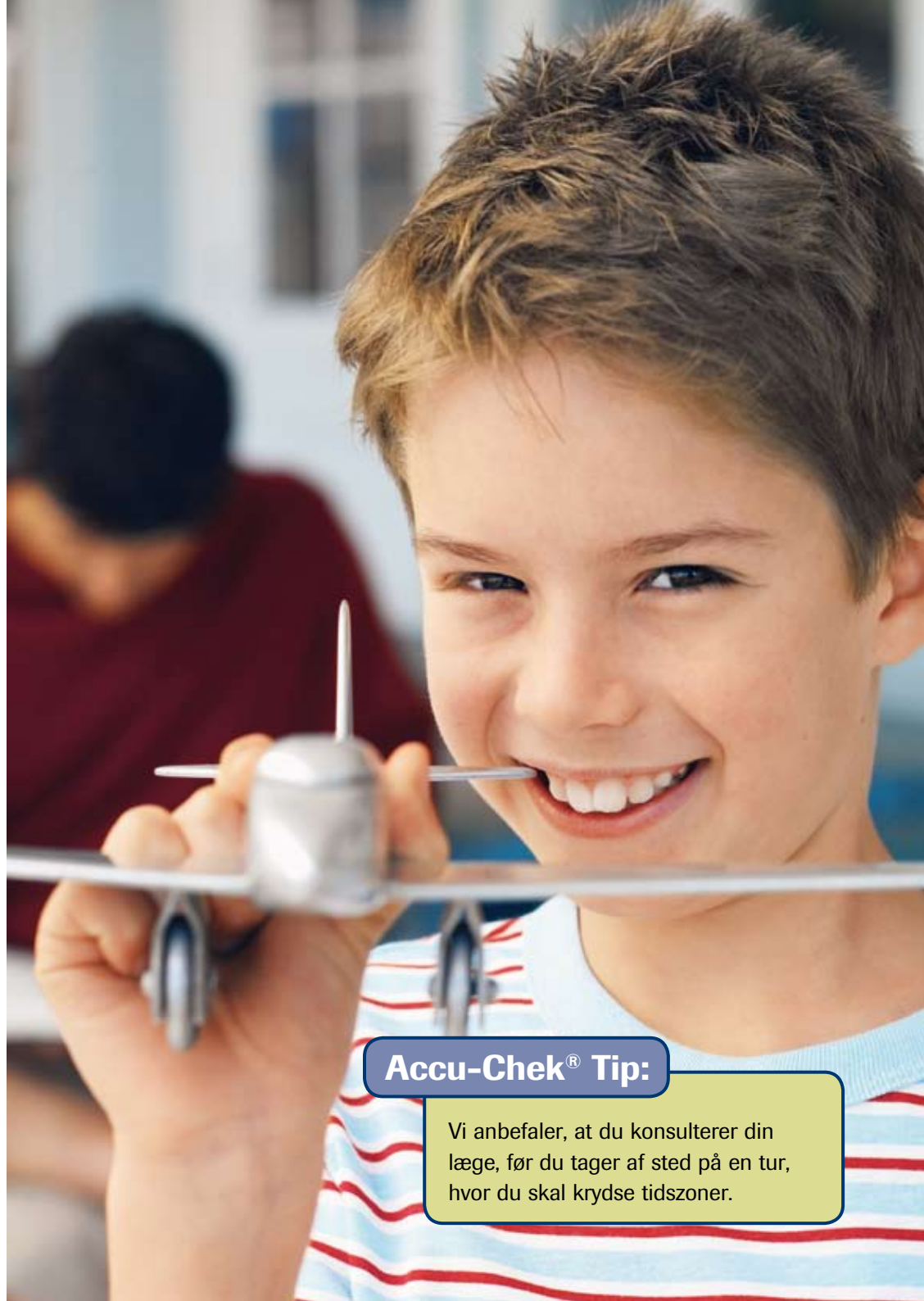
Mange internationale luftfartsselskaber tilbyder specielle måltider til personer med diabetes. Spørg dit rejsebureau, når du bestiller fly, og bestil evt. maden på forhånd. I mange tilfælde kan sådanne måltider bestilles op til 24 timer før afgang.

Andre tidszoner

Da din insulinbehandling påvirkes, når du skifter tidszoner, skal du justere din insulinindtagelse, når du flyver langt. Der er en enkelt regel, der siger, at du skal øge din insulinindtagelse, når dagen bliver længere, og nedsætte den, når dagen bliver kortere. Dette er endnu lettere for personer med insulinpumpe, da de kan foretage en individuel justering af basalraten (se også kapitlet "Andre tips til brugere af insulinpumpe").

Flyvning øst-vest: Dagen bliver ca. 6 timer, eller 25%, længere, og din insulinindtagelse skal øges tilsvarende. Flyvning vest-øst: Dagen bliver ca. 6 timer, eller 25%, kortere, og din insulinindtagelse skal reduceres tilsvarende.

Det er en god ide at være ekstra omhyggelig med at undgå hypoglykæmi i de første nætter af ferien. Det er afgjort sikrere at måle blodsukkeret en ekstra gang, da du vil kunne se en eventuel stigning eller et eventuelt fald hurtigere og derfor skride ind tidligere.



Accu-Chek® Tip:

Vi anbefaler, at du konsulterer din læge, før du tager af sted på en tur, hvor du skal krydse tidszoner.

Kontrollér når som helst og hvor som helst

Måling af blodsukkeret er rutine for personer med diabetes, og det er ikke mindre enkelt, bare fordi man er på farten. Men der er lige et par ting, du skal huske på.

Varme og høj luftfugtighed

Den optimale temperatur til måling af blodsukkeret er mellem 10°C og 40°C. Hvis du skal til et varmt og/eller fugtigt sted, må du kun holde beholderen med teststrimler åben i kort tid, mens du tager en strimmel ud, og du skal lukke den igen med det samme, da strimlerne ellers kan blive påvirket af fugtigheden. På alle andre områder er måleproceduren den samme som normalt.



Accu-Chek® Tip:

Kontrollér vejrforholdene på rejsemålet, f.eks. når du rejser til tropene eller tager på vinterferie, før du tager af sted. Når du kender de forhold, der er på rejsemålet, kan du bedre planlægge dine blodsukker-målinger.



Koldt vejr

Hvis der er koldt eller sågar frostvejr på rejsemålet, anbefaler vi, at du bærer dit blodsukkerapparat med teststrimlerne tæt ind til kroppen for at holde det varmt. Mål blodsukkeret i læ for vinden for at sikre, at du får præcise og pålidelige resultater.

Høje højder

Accu-Chek® blodsukkerapparater er nøjagtige og pålidelige apparater, selv når du klatrer eller vandrer i højder, da lave ilt niveauer i luften ikke påvirker resultaterne. Så god vandretur!

Spis og nyd, lige hvad du har lyst til

Velsmagende, eksotiske retter og spændende, ukendte, kulinariske nydelser er nogle af de mest tiltrækkende aspekter ved at rejse. Og personer med diabetes kan nyde disse retter i samme omfang som alle andre, hvis de først undersøger, hvilken type mad de kan forvente på rejsemålet. Bare for en sikkerheds skyld bør man måle sit blodsukker oftere i de første dage for at bedømme effekten af ændringerne i maden.

Husk at spise mellem måltiderne

Husk at spise en snack, når du rejser, i tilfælde af, at der kommer afbrydelser i det planlagte skema. Dette vil betyde, at du kan justere for eventuelle kulhydratmangler (f.eks. når du flyver) eller uventede ændringer i dine rejseplaner (f.eks. trafikpropper, forsinkelser).

Eksempler på sådanne snacks er æbler, bananer, appelsiner, tvebakker, knækbrød, kiks eller yoghurt. Hvis du skal have kulhydrater i en fart, kan du få det i form af druesukker, sukkerknalder, vingummibamser, almindelig cola, frugtjuice eller lemonade.



Drik meget - og drik de rigtige ting

Det er vigtigt at drikke rigeligt, da væske udfører vigtige funktioner i kroppen. Så drik så meget mineralvand og frugt- eller urtete, helst to eller flere liter om dagen, som du har lyst til. Og husk, at i varme lande har din krop brug for mere væske.

Alkohol bør kun indtages i moderate mængder, især om aftenen, da blodsukkeret kan falde betydeligt om natten. Hvis du indtager alkohol, skal du sørge for også at spise mad, der er rig på kulhydrater, og du skal kontrollere dit blodsukker bagefter.

Da koffein i kaffe kan påvirke dit insulin i negativ retning, bør du også undgå at drikke for meget kaffe (mere end 4-5 kopper om dagen).

Motionér så meget, du har lyst til

Motion forbedrer din følelse af både fysisk og psykisk velvære. Nogle mennesker får mere motion end normalt, når de er på ferie. De tager på sightseeing, går på byvandring, besøger museer eller kommer mere omkring.

Hvad sker der, hvis du får mere motion, når du rejser, end du gør derhjemme?

Muskularbejde øger kroppens energibehov, dit blodsukkerniveau falder, og effekten af insulinet øges. Mere motion og sport kan derfor give risiko for hypoglykæmi. Der er derfor et par ting, du skal huske på, hvis du øger den fysiske aktivitet, når du rejser:

- Kontrollér, hvordan dit blodsukker reagerer på fysisk aktivitet, før du rejser. Justér din insulinosis efter de fysiske belastninger, du udsætter din krop for. Hvis du er i tvivl, kan du sammen med din læge finde frem til en plan for justeringen.
- Hvis du planlægger at få mere motion eller at udøve mere sport end normalt, mens du er på rejse, bør du konsultere din læge for en grundig undersøgelse samt råd.
- Spis eller drik yderligere 10-20 gram kulhydrat pr. time fysisk aktivitet. Hurtigt absorberede kulhydrater, f.eks. druesukker, frugtjuice og frugt (1/2 banan = 10 gram kulhydrat), er velegnet til dette. For længere perioder med motion er det bedre at vælge kulhydrater, som absorberes langsommere.

10 gram kulhydrat findes bl.a. i:

Hurtigt absorberende kulhydrater:	Langsomt absorberende kulhydrater:
15 gr. rosiner (1/4dl)	25 gr. rugbrød (ca. 1/2 skive)
2 dl. mælk / kærnemælk (ca. 1 glas)	15 gr. havregryn (1/2dl)
1 dl. juice (ca. 1/2 glas)	40 gr. kogt ris (3/4 dl)
20 gr. franskbrød (ca. 1/2 skive)	25 gr. tørrede bønner (50 gr. udblødte og kogte)

- Hvad du end gør, så lad være med at begynde at dyrke sport, hvis dit blodsukker er meget højt (> 14 mmol/l), og/eller hvis der er tegn på ketonstoffer i urinen eller blodet.
- I tilfælde af hypoglykæmi ($< 2,8$ mmol/l) skal du tage 10-20 gram hurtigtvirkende kulhydrat med det samme, efterfulgt af 10-20 gram langsomtvirkende kulhydrat.
- Kontrollér dit blodsukker, før du begynder at dyrke sport, og derefter med en til to timers mellemrum. Kontrollér også blodsukkeret nogle timer efter sport, da blodsukkerfaldet kan komme senere – også om natten.
- Oplys dine sportskammerater, venner, træner, instruktør osv. om risikoen for hypoglykæmi og om, hvad de kan gøre for at modvirke det.
- Gode, behagelige sko er meget vigtigt ved fysisk aktivitet. Undgå at have helt nye sko på, og, som sædvanlig, kontrollér dine fødder for tegn på trykpunkter, belastninger, hudafskrabninger eller infektioner.

Andre tips til brugere af insulinpumpe

Som bruger af insulinpumpe har du fået vist, hvordan du skal bruge den, og du er fortrolig med alle pumpens funktioner. Du kender de mange fordele ved en insulinpumpe, især i forbindelse med rejser. Alle de anbefalinger, der er givet i denne brochure hidtil, gælder også for dig. Der er imidlertid yderligere et par punkter, du skal huske på.

Rejseforberedelser

Når du rejser udenlands, skal du huske altid at have en lægeerklæring på dig, der angiver, at det er nødvendigt for dig at have insulinpumpen på dig. Herved kan du undgå ubehagelige overraskelser, f.eks. i tolden. For at undgå pinlige situationer under en kropsvisitation skal du på forhånd forklare sikkerhedspersonalet, hvad insulinpumpen anvendes til. (Henvisning til erklæring om, at man bruger insulinpumpe).

Ting, du altid bør have med

- Ekstra batterier til insulinpumpen
- Rigeligt med infusionsæt
- Spritservietter og plastre
- Insulinampuller
- Alt, hvad du behøver for midlertidigt at kunne skifte til vanlig pen-behandling (fra før pumpeopstart)
- Alt, hvad du behøver til selvmonitorering af blodsukkeret
- Glukagon
- Glukose
- Engelsksproget rejsebrev
- Lægeattest, der bekræfter, at du behøver din insulinpumpe
- Evt. kulhydrat-omregningstabel

Hjælp under rejsen

De personer, der rejser sammen med dig, skal være bekendt med, at du har diabetes, og at du er behandlet med insulinpumpe, så de kan hjælpe i nødstilfælde (f.eks. glukagoninjektioner, frakobling af insulinpumpen).

Sport og motion med insulinpumpen

Insulinpumper kan holde til alle former for aktiviteter under rejsen. Ved de fleste typer sport kan insulinpumpen beholdes på kroppen. Kun ved kontaktsport (f.eks. judo) anbefales det til tider at fjerne insulinpumpen. Efter konsultation med din læge kan du tage en bolus, der dækker et par timer uden din insulinpumpe. Til perioder uden insulinpumpe, der varer flere timer, kan man få egnede, aftagelige infusionsæt i mange forskellige modeller. Det betyder, at du ikke behøver at bruge et nyt infusionsæt, hver gang du kobler pumpen fra.

Hvis du planlægger en badeferie, daglige ture til svømmepølen eller en sø, og du vil være meget i vandet, anbefales det at skifte til pen og injektioner i ferien. Kontrollér, at du har den rigtige slags insulin samt sprøjter og insulinpenne, før du tager af sted (se afsnittet "Velforberedt til en behagelig tur").

Tidszoner og insulinpumper

Hvis din rejse indebærer, at du vinder/tabber en time eller to hen over tidszonerne, skal du bare indstille din insulinpumpe til lokal tid, når du når frem. På lange rejser behøver din krop normalt tre dage til at akklimatisere sig til ændringen i tidszoner. I sådanne tilfælde skal du gøre følgende:

1. Den første nat efter ankomst skal din basalrate være uændret
2. Næste morgen skal du indstille insulinpumpen til den laveste basalrate. Kontrollér derefter dit blodsukker hyppigere, og korriger det evt. med bolusser
3. Efter tre dage indstiller du insulinpumpen til den originale basalrate og til lokal tid

Andre nødvendige ting til rejsen

Hypoglykæmi nødpakke:

- Til mild hypoglykæmi: 10-20 gram hurtigt absorberende kulhydrat
- Til alvorlig hypoglykæmi: glukose eller cola (ikke light)
- Hvis du får brug for hjælp til behandling af hypoglykæmi: Engelsksproget rejsebrev og glukagon



Sygesikringsbevis / sundhedskort

Du er dækket af dit sygesikringsbevis ved rejser i EU, EØS samt nogle småstater.

Du kan få brug for et blåt sygesikringsbevis hvis du:

- skal være af sted i længere tid - mere end 30 dage
- hvis der er tale om et erhvervselement i rejsen
- eller hvis du fx har en kronisk sygdom og ved, du kan få behov for behandling eller andet.

Inden du anskaffer dig et blåt sygesikringsbevis, skal du som kroniker først høre, om du kan få forhåndstilsagn under det gule sygesikringsbevis. Dette gøres ved SOS international A/S (www.sos.dk).

Såfremt du skal rejse uden for de stater, hvor det gule eller blå sygesikringsbevis dækker, skal du tegne en privat rejsesygesikring for at være dækket.

Det er vigtigt at sætte sig grundigt ind i reglerne for rejsesygesikring, da der ved kronisk sygdom kan være steder, hvor man skal indhente forhåndstilsagn om dækning.

Nu er du klar til at tage af sted! Vi håber, at du får en uforglemmelig tid, hvor du indsamler nye indtryk og får nogle vidunderlige oplevelser. God tur!

Dansk	Russisk
Jeg er diabetiker!	Я болен сахарным диабетом!
Hvor finder jeg den nærmeste læge?	Где ближайший врач?
Hvor ligger det nærmeste apotek?	Где ближайшая аптека?
Mit blodsukker er for højt.	У меня слишком высокий уровень глюкозы / сахара в крови.
Jeg skal have insulininjiceringer dagligt.	Я должен ежедневно вводить себе инсулин.
Min insulin hedder ...	Мой инсулин называется ...
Jeg bærer en insulinpumpe.	Я ношу инсулиновый насос.
Det er en nødsituation.	Мне нужна экстренная помощь.
Giv mig hurtigt noget sukker eller en sukkerholdig drik.	Дайте мне побыстрее сахар или подслащенный сахаром напиток, пожалуйста.
Jeg har det ikke godt.	Мне плохо.
Stofskiftesygdom	Нарушение обмена веществ
Blodsukkerapparat	Глюкометр
Blodsukkerteststrimler	Тесты-полоски для определения уровня глюкозы в крови
Hyperglykæmi / hypoglykæmi	Гипергликемия / Гипогликемия

Dansk	Spansk
Jeg er diabetiker!	Soy diabético/ Soy diabética
Hvor finder jeg den nærmeste læge?	¿Dónde está el médico más cercano?
Hvor ligger det nærmeste apotek?	¿Dónde está la farmacia más próxima?
Mit blodsukker er for højt.	Tengo hiperglucemia.
Jeg skal have insulininjiceringer dagligt.	Tengo que inyectarme insulina todos los días.
Min insulin hedder ...	Mi marca de insulina es...
Jeg bærer en insulinpumpe.	Llevo una bomba de insulina.
Det er en nødsituation.	Es una emergencia.
Giv mig hurtigt noget sukker eller en sukkerholdig drik.	Por favor, déme rápidamente azúcar o una bebida endulzada con azúcar.
Jeg har det ikke godt.	Me encuentro mal
Stofskiftesygdom	Desorden metabólico
Blodsukkerapparat	Glucómetro
Blodsukkerteststrimler	Tiras reactivas de glucemia
Hyperglykæmi / hypoglykæmi	Hiperglucemia/ hipoglucemia

Dansk	Tyrkisk
Jeg er diabetiker!	Ben diyabet (şeker) hast asıyım!
Hvor finder jeg den nærmeste læge?	En yakın doktor nerede?
Hvor ligger det nærmeste apotek?	En yakın eczane nerede?
Mit blodsukker er for højt.	Kanımdaki glikoz/şeker seviyesi çok yüksek.
Jeg skal have insulininjiceringer dagligt.	Her gün ensülin enjekte etmek zorunda yım.
Min insulin hedder ...	Kullandığım ensülinin adı: ...
Jeg bærer en insulinpumpe.	Yanımda bir ensülin pompası var.
Det er en nødsituation.	Acilen tedavi olmak zorundayım.
Giv mig hurtigt noget sukker eller en sukkerholdig drik.	Lütfen bana acilen şeker veya şekerli bir içecek veriniz.
Jeg har det ikke godt.	Kendimi iyi hissetmiyorum.
Stofskiftesygdom	Metabolizmam bozuk.
Blodsukkerapparat	Glikoz ölçüm cihazı.
Blodsukkerteststrimler	Kandaki glikozu ölçen test şeridi
Hyperglykæmi / hypoglykæmi	Hiperqlikemi / Hipoglikeni

Dansk	Engelsk
Jeg er diabetiker!	I am diabetic!
Hvor finder jeg den nærmeste læge?	Where is the nearest doctor?
Hvor ligger det nærmeste apotek?	Where is the nearest pharmacy?
Mit blodsukker er for højt.	My blood glucose/ sugar levels are too high
Jeg skal have insulininjiceringer dagligt.	I must inject insulin daily.
Min insulin hedder ...	My insulin is called...
Jeg bærer en insulinpumpe.	I am wearing an insulin pump.
Det er en nødsituation.	I have an emergency.
Giv mig hurtigt noget sukker eller en sukkerholdig drik.	Please quickly give me sugar or a drink sweetened with sugar.
Jeg har det ikke godt.	I do not feel well.
Stofskiftesygdom	Metabolic disorder
Blodsukkerapparat	Glucose-meter
Blodsukkerteststrimler	Blood glucose test strips
Hyperglykæmi / hypoglykæmi	Hyperglycaemia/ Hypoglycaemia

Dansk	Tysk
Jeg er diabetiker!	Ich bin Diabetiker!
Hvor finder jeg den nærmeste læge?	Wo ist der nächste Arzt?
Hvor ligger det nærmeste apotek?	Wo ist die nächste Apotheke?
Mit blodsukker er for højt.	Mein Blutzucker ist zu hoch.
Jeg skal have insulininjiceringer dagligt.	Ich muss mir täglich Insulin spritzen.
Min insulin hedder ...	Mein Insulin heisst:
Jeg bærer en insulinpumpe.	Ich trage eine Insulinpumpe.
Det er en nødsituation.	Das ist ein Notfall.
Giv mig hurtigt noget sukker eller en sukkerholdig drik.	Bitte geben Sie mir schnell Zucker oder ein zuckerhaltiges Getränk.
Jeg har det ikke godt.	Ich fühle mich nicht gut.
Stofskiftesygdom	Stoffwechselkrankheit.
Blodsukkerapparat	Blutzuckermessgerät
Blodsukkerteststrimler	Blutzuckerteststreifen
Hyperglykæmi / hypoglykæmi	Hyperglykämie / Hypoglykämie

Dansk	Fransk
Jeg er diabetiker!	Je suis diabétique!
Hvor finder jeg den nærmeste læge?	Où se trouve le médecin le plus proche?
Hvor ligger det nærmeste apotek?	Où se trouve la pharmacie la plus proche?
Mit blodsukker er for højt.	Ma glycémie est trop élevée!
Jeg skal have insulininjiceringer dagligt.	Je dois me faire des injections d'insuline quotidiennement.
Min insulin hedder ...	Mon insuline s'appelle...
Jeg bærer en insulinpumpe.	Je porte une pompe à insuline.
Det er en nødsituation.	J'ai besoin de secours immédiat.
Giv mig hurtigt noget sukker eller en sukkerholdig drik.	S'il vous plaît, donnez-moi rapidement du sucre ou une boisson sucrée.
Jeg har det ikke godt.	Je ne me sens pas bien
Stofskiftesygdom	Dysfonctionnement du métabolisme
Blodsukkerapparat	Lecteur de glycémie
Blodsukkerteststrimler	Bandelettes réactives (pour lecteur de glycémie)
Hyperglykæmi / hypoglykæmi	Hyperglycémie/ Hypoglycémie

Meld dig ind i Accu-Chek® Klubben, og få følgende medlemsfordele:

- Du får diabetesmagasinet Accu-Chek® KlubNyt tilsendt 3 gange årligt
- Du får gratis batterier til og livstidsgaranti på dit Accu-Chek® blodsukkerapparat
- Du får mulighed for at få det sidste nye Accu-Chek® blodsukkerapparat gratis
- Du får gode Accu-Chek® Klub-tilbud fra os og vores samarbejdspartnere
- Du får relevant produktinformation og nyheder fra Accu-Chek® Klubben via e-mails
- Du er altid velkommen til at ringe til Accu-Chek® kundeservice på 36 39 99 54

Du behøver ikke have et Accu-Chek® produkt for at være medlem, du er meget velkommen alligevel.

Roche Diagnostics A/S
Industriholmen 59
2650 Hvidovre

Tlf.: 36 39 99 54
Fax: 36 39 98 61
www.accu-chek.dk



ACCU-CHEK®

Live life. The way you want.