

# Wie man einen niedrigen Blutzucker (Hypoglykämie) erkennt

Mounjaro® hat bei alleiniger Anwendung ein geringes Risiko, Hypoglykämien oder einen niedrigen Blutzucker zu verursachen.

Hypoglykämie bedeutet, einen Blutzuckerspiegel unter 70 mg/dL zu haben.

- Wenn Sie ein Medikament wie Sulfonylharnstoff oder Insulin einnehmen, besteht eine höhere Wahrscheinlichkeit, eine Hypoglykämie zu entwickeln.
- Ihre Ärztin/Ihr Arzt kann entscheiden, die Dosis dieser Medikamente zu reduzieren, bevor sie/er Ihnen Mounjaro® verschreibt.



## Symptome von niedrigem Blutzucker (Hypoglykämie), auf die Sie achten sollten

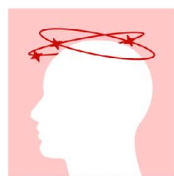
Jeder reagiert unterschiedlich auf niedrigen Blutzucker (Hypoglykämie), daher ist es wichtig, Ihre eigenen Symptome für niedrigen Blutzucker zu verstehen und zu erkennen. Hier sind einige Anzeichen von niedrigem Blutzucker (Hypoglykämie):



Angst



Reizbarkeit



Schwindel



Kopfschmerzen



Schwitzen



Hunger



Zittern



Müdigkeit oder Schwäche



Erhöhter Puls



Verschwommenes Sehen



Kribbeln in den Fingern oder Lippen

**Wichtig:** Besprechen Sie das Vorgehen bei niedrigem Blutzucker (Hypoglykämie) und Maßnahmen zur Vorbeugung mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt.

# Wie man niedrigen Blutzucker (Hypoglykämie) mit der 15er-Regel behandelt

Die einzige Möglichkeit herauszufinden, ob Sie einen niedrigen Blutzucker (Hypoglykämie) haben, ist durch die Messung Ihres Blutzuckerspiegels. Sollte keine Möglichkeit bestehen den Blutzucker zu messen, Sie jedoch eine Unterzuckerung bemerken, handeln Sie unmittelbar, indem Sie Kohlenhydrate zu sich nehmen. Besprechen Sie weiteres Vorgehen mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt und/oder suchen Sie eine Möglichkeit Ihren Blutzucker zu messen.

Hier sind 5 wichtige Schritte zur Behandlung Ihrer Hypoglykämie mit der 15er-Regel:



## Schritt 1:

Messen Sie Ihren Blutzucker. Falls er weniger als 70 mg/dL beträgt, nehmen Sie 15 Gramm Kohlenhydrate zu sich. Unten finden Sie Beispiele für 15 Gramm Kohlenhydrate.



## Schritt 2:

Warten Sie 15 Minuten.



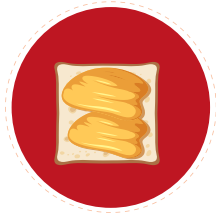
## Schritt 3:

Messen Sie erneut Ihren Blutzucker (Glukose). Wenn Ihr Blutzucker (Glukose) immer noch unter 70 mg/dL liegt, nehmen Sie weitere 15 Gramm Kohlenhydrate zu sich.



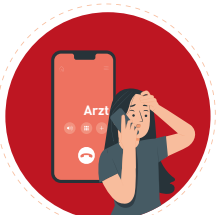
## Schritt 4:

Wiederholen Sie Schritt 3, bis Ihr Blutzucker höher als 70 mg/dL ist.



## Schritt 5:

Sobald Ihr Blutzuckerspiegel wieder normal ist, essen Sie eine Mahlzeit oder einen Snack, um sicherzustellen, dass er nicht erneut absinkt.



## WICHTIG:

Wenn Sie weiterhin Anzeichen von niedrigem Blutzucker (Hypoglykämie) haben, kontaktieren Sie sofort Ihre Ärztin/Ihren Arzt oder den Rettungsdienst.

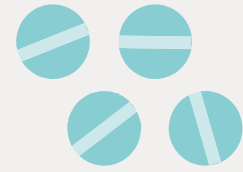
# Beispiele für 15 Gramm Glukose oder einfache Kohlenhydrate:



**Glukose-Gel-Tube**  
(folgen Sie den Anweisungen auf der Verpackung)



**1/2 Glas zuckerhaltige Limonade**



**Traubenzucker**  
(beachten Sie die Nährwerte auf der Rückseite der Verpackung)



**1 Glas fettarme (1 %) Milch**



**Bonbons oder Gummibärchen**  
(beachten Sie die Nährwerte auf der Rückseite der Verpackung)



**1/2 Glas Fruchtsaft**



**1 Esslöffel Zucker oder Honig**