

## **DIABETES - REISECHECKLISTE**

### **HANDGEPÄCK**

- Insulin-Pens bzw. -Patronen  
(neue Pens bzw. Patronen gekühlt aufbewahren, bei 2° bis 8°C)
- weitere blutzuckersenkende Medikamente
- Injektionsnadeln
- Alkoholtupfer zur Desinfektion
- Blutzuckermessgeräte mit Ersatzbatterien
- Stechhilfe und Lanzetten
- Teststreifen für
  - Blutzucker und Harnzucker bei Typ-2-Diabetes
  - Blutzucker, Harnzucker und Azeton bei Typ-1-Diabetes
- Ersatzbatterien für Insulinpumpe
- Ersatzsensor für kontinuierliche Glukosemessung
- Glukagon-Notfallset
- Diabetes-Tagebuch
- Diabetikerausweis mit Übersetzung (englisch und in der Landessprache)
- Attest für Flugreisen (Notwendigkeit des Mitführens von Insulinspritzen)
- e-Card
- Traubenzucker in ausreichender Menge
- Zwischenmahlzeiten

### **HAUPTGEPÄCK**

- Vorräte an Blutzucker-senkende Tabletten
- Vorräte an Injektionsnadeln
- Vorräte an Alkoholtupfer
- Vorräte an Stechhilfe und Lanzetten
- Vorräte an Teststreifen für
  - Blutzucker und Harnzucker bei Typ-2-Diabetes
  - Blutzucker, Harnzucker und Azeton bei Typ-1-Diabetes
- Vorräte an Sensoren für kontinuierliche Glukosemessung
- Vorräte an Traubenzucker
- Reiseapotheke
- Kohlenhydrat-Austauschtabelle
- Blutzucker-Umrechnungstabelle (mg/dl in mmol/dl)
- Reisekrankenversicherungsunterlagen