



# Insulin spritzen mit Gedankenstütze

Von Heidi Buchmüller

Erstellt am 7 Mai 2014 - 11:56

Wenn Diabetiker, die Insulin spritzen, versehentlich eine Insulindosis vergessen oder doppelt geben, hat das unmittelbare Folgen für die Diabetestherapie. Eine neue Kappe für Insulin-Fertigpens hilft, diese Fehler beim Spritzen zu vermeiden. Timesulin zeigt an, wie viel Zeit seit der letzten Insulininjektion vergangen ist.

Wer regelmäßig Tabletten einnimmt, verlässt sich gerne auf Gedankenstützen. Dafür gibt es schließlich Tablettenspender und heutzutage auch Apps für das Smartphone. Vergisst man trotzdem mal eine Tablette, ist das meist nicht so schlimm. Anders für die rund zwei Millionen Diabetiker, die in Deutschland regelmäßig Insulin spritzen. Wenn sie eine Insulininjektion vergessen oder versehentlich ein zweites Mal spritzen, kann das gefährliche Folgen haben.

Habe ich mein Insulin schon gespritzt oder nicht?

Fast alle Diabetiker spritzen heute mit einem Insulinpen – einmal oder mehrmals am Tag, je nach Therapie. Eine lebenswichtige Routine, denn die richtige Dosis Insulin sorgt dafür, dass der Blutzuckerspiegel im normalen Bereich bleibt. In der Hektik des Alltags kann es allerdings passieren, dass man vergisst, ob man schon gespritzt hat oder nicht. Dann steht man vor einer schwierigen Entscheidung: Soll ich Insulin spritzen – und vielleicht durch eine doppelte Dosis das Risiko einer Unterzuckerung eingehen? Oder doch nicht spritzen – und eventuell hohe Blutzuckerwerte in Kauf nehmen?

Ärzte kennen das Problem

Tatsächlich vergisst etwa jeder dritte Diabetespatient im Schnitt dreimal pro Monat seine Insulininjektion bzw. dosiert das Insulin nicht richtig. Der wichtigste Grund dafür ist Stress – im Alltag oder im Beruf. Dies hat die internationale GAPP-Studie<sup>1</sup> mit 3000 Diabetikern aus acht Ländern gezeigt. In Deutschland nahmen Patienten des Klinikums München-Bogenhausen an der Studie teil. In ihrer aktuellen Information „Tipps, wie Sie richtig Insulin spritzen“ vom April 2014 weist die Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG) ebenfalls auf dieses Problem hin. „Notieren Sie sich den Zeitpunkt der Injektion“, rät darin Privatdozent Dr. med. Erhard Siegel, Präsident der DDG. Immer wieder komme es vor, dass Patienten davon ausgehen, sie hätten Insulin gespritzt – haben es aber gar nicht, so Siegel weiter.

Timesulin zeigt, wie lange die letzte Injektion her ist

Eine neue Ersatzkappe für Insulin-Fertigpens hilft jetzt dabei, solche Fehler beim Spritzen zu vermeiden. Wird Timesulin nach der Injektion aufgesetzt, beginnt automatisch eine Stoppuhr zu laufen. Ein Blick auf die Timesulin-Uhr zeigt jederzeit, wie lange die letzte Insulininjektion her ist. Nimmt man die Kappe vor dem nächsten Spritzen ab, wird die Zeit auf Null gesetzt. Nach dem Aufsetzen läuft sie von vorn. Timesulin passt auf Fertigpens der Insulinfirmen Sanofi, Lilly und Novo Nordisk. In Apotheken und dem Diabetes-Versandhandel erhältlich. Weitere Informationen unter [www.timesulin.de](http://www.timesulin.de) [1].

1 M. Peyrot, A.H. Barnett, L.F. Meneghini and P.-M. Schumm-Draeger: Insulin adherence behaviours and barriers in the multinational Global Attitudes of Patients an Physicians in Insulin Therapy study. Diabet Med 2012;29:682-9.

Über Evivamed

Die Evivamed GmbH aus Herrsching am Ammersee ([www.evivamed.com](http://www.evivamed.com) [2]) unterstützt Menschen in der Eigenverantwortung für ihre Gesundheit. Dabei liegt der Schwerpunkt auf Diabetes. Bei kaum einer anderen Erkrankung ist es so wichtig, die Behandlung aktiv in die eigene Hand zu nehmen. Evivamed hilft Diabetikern dabei – mit ausgewählten Produkten und



vielen Jahren Erfahrung.

### Kontakt:

EvivaMed GmbH

Franz-Zell-Straße 7

82211 Herrsching

Tel.: 08152/9096990

[info@evivamed.com](mailto:info@evivamed.com) [3]

[www.evivamed.com](http://www.evivamed.com) [2]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 02:59):** <http://medkom24.eu/node/19095>

### Links:

[1] <http://www.timesulin.de>

[2] <http://www.evivamed.com>

[3] <mailto:info@evivamed.com>