

# Hyper/hypo kaart

**Hyper of Hyperglycemie** staat voor een te **hoge** bloedsuikerspiegel.

Oorzaken kunnen zijn: te weinig medicijnen (insuline), te veel eten (koolhydraten), vochtverlies (diaree, veel zweten), stress of een combinatie van deze oorzaken.

## Symptomen Hyper (hoge bloedsuiker)

- Erge dorst
- Droge mond
- Vaak plassen
- Vermoeidheid
- Tintelingen in handen en voeten
- Slecht of wazig zien
- Misselijkheid en soms overgeven
- Een naar aceton ruikende adem
- Bewusteloosheid

## Handelen

Aan de oorzaak van een Hyper kun je als EHBO-er weinig doen. Veel drinken (geen alcohol) kan beginnende klachten bij een slachtoffer wegnemen. Zorg dat het slachtoffer professionele hulp krijgt. In geval van bewusteloosheid of ernstige klachten bel 112. Blijf de vitale functies (bewustzijn en ademhaling) controleren.

**Hypo of Hypoglycemie** staat voor een te **lage** bloedsuikerspiegel.

Oorzaken kunnen zijn: verkeerde dosis medicijnen, te weinig eten na medicijnen nemen, bij zware inspanning (sport, intensief werk), bij (overmatig) alcoholgebruik.

## Symptomen Hypo (lage bloedsuiker)

- Hongerig
- Geeuwen
- Zweten
- Trillen
- Duizeligheid
- Hoofdpijn
- Moe
- Agressief gedrag, stemming wisselt
- Verward, dronken indruk
- Bewusteloosheid

Ook trekkingen die lijken op epilepsie komen voor.

## Handelen

Vraag het slachtoffer of hij bekend is met de klachten en weet hoe hij ermee om moet gaan. Een slachtoffer die goed bij bewustzijn is kun je iets zoets te eten of drinken geven. Voorbeeld: druivensuiker of limande met veel suiker, cola. Als het slachtoffer wat opgeknapt is, laat hem dan een boterham of iets dergelijks gaan eten. Kan het slachtoffer door de hypo niet meer eten of drinken of raakt hij buiten bewustzijn, laat dan professionele hulp waarschuwen.



Deze Hyper/Hypo kaart komt van

[www.ikEHBO.nl](http://www.ikEHBO.nl)

Het staat een ieder vrij deze kaart mits onaangepast te kopiëren en te verspreiden.

## Meer weten?

Het Diabetes Fonds maakt zich sterk om diabetes en complicaties te voorkomen en te genezen. Wetenschappelijk onderzoek is hiervoor de basis.

[www.diabetesfonds.nl](http://www.diabetesfonds.nl)