

## Hyperglykämie ("Hyper")

**Hyper** (=zu viel) **gly** (=Zucker) **kämie** (=Blut). Bei Blutzuckerwerten über **160 mg/dl** spricht man von einer Hyperglykämie, kurz Hyper genannt. In Folge - bei Werten **> 240 mg/dl** über einen längeren Zeitraum - kann es zur **Ketoacidose** kommen, nachweisbar über im Blut und Urin befindliches Azeton (Keton). Sie entsteht dann, wenn dauerhaft Insulinmangel vorherrscht, d.h. die Zellen können keine Glukose mehr aufnehmen (siehe [Grundlagen](#)) und bauen daher Fett ab, um Energie zu gewinnen. Die Folgen - wie z.B. oft bei Beginn der Krankheit der Fall - sind Gewichtsabnahme und Übersäuerung des Blutes bis zum diabetischen Koma.

Bei einem BZ-Wert ab 180 mg/dl (Erwachsene) bzw. über 240 (Kinder) scheidet die Niere bei den meisten Menschen Harnzucker aus; vergleichbar mit einer überlaufenden Staumauer ("Nierendamm"). Dies ist einer der verzweifeltsten Schutzmechanismen des Körper, den ansteigenden Zuckerspiegel im Blut los zu werden. Über einen Teststreifen kann vorhandener Blutzucker im Urin nachgewiesen werden; z.B. morgens sinnvoll, um in die vergangene Nacht "zu schauen" (Blutzuckerspiegel und Ketones).

Dauerhaft erhöhte Blutzuckerwerte führen zu [Folgeerkrankungen!](#)

---

### Gründe für eine Hyperglykämie können sein:

- zu wenig Insulin gespritzt
  - zu viel Broteinheiten (BE) gegessen
  - Aufregung, Streß, Freude oder Ärger....
  - Krankheiten (vor allem mit Fieber)
  - Gegenregulation nach einer vorausgegangenen Hypoglykämie, z.B. Überzucker am morgen, nach Hypo in der Nacht
  - Spritzfehler (Insulin tritt wieder aus Einstichstelle, in Fettgewebsveränderung gespritzt...)
- 

### Anzeichen für eine Hyperglykämie können sein:

- ständiger und starker Durst --> Polydipsie
- vermehrter Harndrang (oft zur Toilette) --> Polyurie
- Müdigkeit, Schlappeheit, Lustlosigkeit

### Spätere Symptome bei Ketoacidose:

- Acetongeruch im Atem (säuerlich)
  - trockene Haut
  - Bauchschmerzen
  - Schläfrigkeit bis zur Bewußtseinseintrübung
  - vertiefte und beschleunigte Atmung (CO<sub>2</sub>-Gehalt im Blut ist erhöht)
  - **Gefahr des diabetischen Komats** (hier können BZ-Werte von 800 bis über 1000 entstehen und tödlich enden)
-

### **Behandlung einer Hyperglykämie (Überzuckerung):**

- Blutzucker messen und entsprechende Menge Insulin gem. [Verordnungsplan](#) spritzen
  - evtl. zusätzliches Nachspritzen in Ausnahmefällen oder besser auf eine BE bei der nächsten Mahlzeit verzichten
  - etwas Sport treiben (**nicht bei Ketoacidose**, d.h. bei nachgewiesenen Ketones im Urin. Hier sollte jegliche körperliche Betätigung eingestellt werden, da ansonsten der Blutzucker noch weiter steigen kann)
- 

### **Maßnahmen zur Prävention von Hyperglykämien:**

- regelmäßige Blutzuckerkontrolle
- Warnsignale wahrnehmen und entsprechend handeln !!!
- BE richtig einschätzen lernen
- Aufzieh-, Spritz- und Dosierfehler vermeiden
- Aufregungen und Streß vermeiden