

糖尿病与驾驶：

快速指南

血糖水平低于
5MMOL / L
时切勿开车

低血糖与驾驶

在低血糖（血糖水平低）时，驾车是不安全的。当您的血糖水平低于 5mmol / l 时，可能会出现低血糖症状。如果您使用胰岛素或服用降糖药物，可能会发生这种情况。

低血糖可能发作很快，并会出现以下早期症状：

发抖

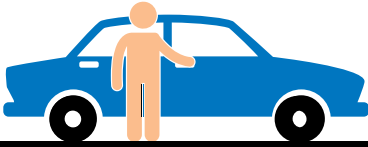
头晕

饥饿

头痛

有些人对早期症状不敏感（“无意识性低血糖”），因此开车前务必要测量血糖。

开车前请量一下血糖



提示: 请随身携带血糖仪、试纸和缓解低血糖症状的食物。离开车辆时请勿将这些物品留在车内。高温及光照会让这些物品失效。

高血糖与驾驶

高血糖（高血糖水平）会导致疲劳、视力模糊和决策障碍，从而影响驾驶。

如果您感觉不适并且血糖水平较高，切勿开车。

可能影响驾驶安全的其他因素

糖尿病相关并发症可能会影响驾驶安全。比如说，由于脚部神经受损而**难以感知踏板或视力下降**。请向医生咨询糖尿病对您安全驾驶可能会造成哪些影响。

糖尿病患者驾驶安全检查表

✓	每 3-6 个月请医生检查一次 HbA1c (糖化血红蛋白)
✓	每 12 个月检查一次 双脚
✓	每 2 年查一次 眼睛
✓	如果您在开车时经常感到非常困倦，请向医生咨询，看看您是否患有 睡眠呼吸暂停综合症
✓	请务必定期检查血糖仪的测量精确度。有资质的糖尿病教育专家或药剂师可为您提供帮助

如果开车时出现低血糖该怎么办？



1

安全靠边停车并关闭发动机。拔下车钥匙。



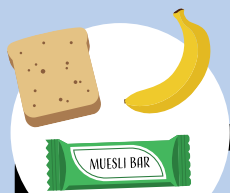
2

自测血糖。



3

如果血糖水平低于 5mmol/L ，请饮用或食用 15 克上图所示的任意一种速效碳水化合物。



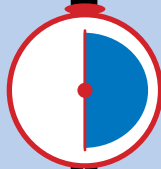
5

一旦血糖水平超过 5mmol/L ，改为食用上图所示的任意一种长效碳水化合物。



4

15 分钟后再次测量血糖。如果血糖水平仍低于 5mmol/L ，请重复步骤 3 和 4。



6

30 分钟后再次测量血糖。



7

如果血糖水平高于 5mmol/L ，而且您自我感觉身体状况良好，则可以继续开车。

记得在长途旅行中每两小时量一下血糖并适当休息。

糖尿病与汽车保险

如果您购买汽车保险遇到任何问题，请拨打 **1800 931 678** 与澳大利亚金融投诉管理局联系。

糖尿病与驾驶执照

糖尿病患者的驾驶执照上可能会附加一些条件。根据法律规定，如果您使用胰岛素或降糖药物，则有责任将这一情况告知您所在州/领地的驾驶执照颁发机构。

州/领地	联络机构/人	网址	电话
澳大利亚首都领地	Access Canberra	accesscanberra.act.gov.au/	13 22 81
新南威尔士州	Roads and Maritime Services	rms.nsw.gov.au	13 22 13
北领地	Driving and Transport	nt.gov.au/transport	08 8999 1800
昆士兰州	Department of Transport and Main Roads	tmr.qld.gov.au	13 23 80
南澳大利亚州	Service SA	servicesa@sa.gov.au	13 10 84
塔斯马尼亚州	Department of State Growth	transport.tas.gov.au	1300 135 513
维多利亚州	Vic Roads	vicroads.vic.gov.au	13 11 71
西澳大利亚州	Department of Transport	transport.wa.gov.au	13 11 56
全国	Austroads Assessing Fitness to Drive guidelines	austroads.com.au/drivers-vehicles/assessing-fitness-to-drive	13 11 56
NDSS 服务热线	有资质的糖尿病教育专家	ndss.com.au	1800 637 700