



Diabete al volante:

una breve guida

**NON
GUIDATE
SOTTO IL
CINQUE**

Ipoglicemia alla guida

Non è sicuro mettersi alla guida quando avete un attacco di ipoglicemia (basso livello di glucosio nel sangue). L'ipoglicemia si manifesta quando il livello di glucosio nel sangue è inferiore a 5mmol/L. Questo può succedere se prendete l'insulina o farmaci per abbassare la glicemia.

L'ipoglicemia si può manifestare in modo repentino e si può riconoscere da sintomi quali:

Tremori

Capogiri

Fame

Mal di testa

Alcune persone fanno fatica a riconoscere i sintomi ('ipoglicemia inconsapevole') quindi è importante controllare il proprio livello di glucosio nel sangue prima di mettersi alla guida.

Trovate questa risorsa sul sito ndss.com.au

Version 1 January 2021.
NDSSINF004I

Controllate il vostro livello di glucosio nel sangue prima di mettervi alla guida



CONSIGLIO: Portate con voi il glucometro, le strisce reattive e il trattamento per l'ipoglicemia. Questi non dovrebbero essere lasciati in macchina. Il caldo e la luce li possono danneggiare.

Iperglicemia alla guida

L'iperglicemia (alto livello di glucosio nel sangue) può causare stanchezza, visione offuscata e alterare la capacità di prendere decisioni, influenzando così la guida.

Se non vi sentite bene e avete un alto livello di glucosio nel sangue, è importante non mettersi alla guida.

Altri fattori che possono influenzare la guida

Le complicazioni legate al diabete possono influenzare la vostra capacità di guidare in modo sicuro. Alcuni esempi sono la **difficoltà a sentire i pedali** a causa di danni ai nervi dei piedi, o **cambiamenti nella vista**. Parlate col vostro medico dei possibili effetti sulla vostra capacità di guidare in modo sicuro.

Il diabete e la lista delle cose da fare per guidare in sicurezza

✓	Chiedete al vostro medico di controllare i valori di HbA1c
✓	Fate almeno una visita di controllo ai piedi ogni 12 mesi
✓	Fate almeno una visita di controllo agli occhi ogni 2 anni
✓	Parlate col vostro medico di apnea notturna se notate un'eccessiva sonnolenza mentre guidate
✓	Controllate regolarmente che il vostro glucometro funzioni correttamente. Il vostro educatore del diabete accreditato o farmacista vi possono aiutare

Cosa bisogna fare se avete un attacco di ipoglicemia mentre siete alla guida



1

Accostate in modo sicuro e spegnete il motore. Togliete le chiavi dall'accensione.



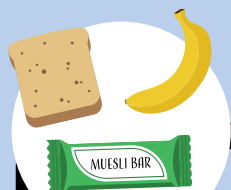
2

Controllate il vostro livello di glucosio nel sangue.



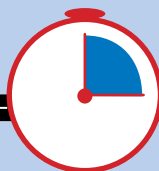
3

Se è inferiore a 5mmol/L, bevete o mangiate 15 grammi di uno dei carboidrati a rapido assorbimento indicati sopra.



5

Quando supera i 5mmol/L, mangiate uno dei carboidrati a lento rilascio indicati sopra.



4

Aspettate 15 minuti e controllate di nuovo. Se è ancora inferiore a 5mmol/L, ripetete i passaggi 3 e 4.



6

Aspettate 30 minuti e poi controllate di nuovo il livello di glucosio nel sangue.

REST AREA
AREA DI SOSTA



7

Potete guidare se il livello è superiore a 5mmol/L e vi sentite bene.

Fate delle soste e ricordate di controllare il livello di glucosio nel sangue ogni due ore durante i viaggi lunghi.

Diabete e assicurazione auto

Se avete problemi con la vostra assicurazione auto, contattate l’Australian Financial Complaints Authority (ente australiano per la risoluzione di reclami finanziari) al numero **1800 931 678**.

Diabete e patente di guida

Sulla vostra patente potrebbero essere imposte delle condizioni. Se prendete l’insulina o farmaci per abbassare la glicemia, avete la responsabilità legale di informare la Driver Licensing Authority, l’ente che rilascia la patente nel vostro Stato/Territorio.

Stato	Contatti	Sito web	Telefono
ACT (Territorio della Capitale Australiana)	Access Canberra	accesscanberra.act.gov.au/	13 22 81
NSW (Nuovo Galles del Sud)	Roads and Maritime Services	rms.nsw.gov.au	13 22 13
NT (Territorio del Nord)	Driving and Transport	nt.gov.au/transport	08 8999 1800
QLD (Queensland)	Department of Transport and Main Roads	tmr.qld.gov.au	13 23 80
SA (Australia Meridionale)	Service SA	servicesa@sa.gov.au	13 10 84
TAS (Tasmania)	Department of State Growth	transport.tas.gov.au	1300 135 513
VIC (Victoria)	Vic Roads	vicroads.vic.gov.au	13 11 71
WA (Australia Occidentale)	Department of Transport	transport.wa.gov.au	13 11 56
Nazionale	Austrroads Assessing Fitness to Drive guidelines	austrroads.com.au/drivers-vehicles/assessing-fitness-to-drive	13 11 56
Linea telefonica NDSS	Chiedete di parlare con un educatore del diabete accreditato	ndss.com.au	1800 637 700