



Дијабетесот и возењето:

кусо упатство

НЕ
ВОЗИ
ПОД
ПЕТ

Хипогликемија и возење

Не е безбедно да возите кога имате „хајпо“ (ниско ниво на глукоза во крвта). „Хајпо“ може да се случи кога вашето ниво на глукоза во крвта е под 5mmol/l. Тоа може да се случи ако земате инсулин или лекови за намалување на глукозата.

„Хајпо“ може да се појави брзо, со рани симптоми на предупредување како што се:

Треперење

Несвестица

Глад

Главоболка

На некои луѓе им е тешко да ги почувствуваат раните симптоми (неосетливост на „хајпо“), па затоа е важно пред да возите да го проверите нивото на глукоза во крвта.

Овој материјал може да го најдете на ndss.com.au

Version 1 January 2021.
NDSSINF004M

Пред да возите, проверете го вашето ниво на глукоза во крвта



СОВЕТ: Носете ги со себе апаратот за мерење, лентите и нешто за третман на „хајпо“. Тие не треба да бидат оставени во кола. Топлината и светлината ќе ги оштетат.

Хипергликемијата и возењето

Хипергликемијата (високо ниво на глукоза во крвта) може да предизвика измореност, замаглен вид и промени во одлучувањето, што влијае на возењето.

Ако не се чувствувате добро и нивото на глукоза во крвта ви е високо, важно е да не возите.

Други фактори кои можат да влијаат на возењето

Компликации поврзани со дијабетесот може да влијаат на вашата способност да возите безбедно. На пример, **може да не ги чувствувате педалите** поради оштетување на нервите во стапалата или **промени во вашиот вид**. Разговарајте со вашиот доктор за можните ефекти на вашата способност да возите безбедно.

Вашиот дијабетес и листа за проверка за безбедно возење

✓	Вашиот доктор треба да го проверува вашиот HbA1c
✓	Одете на проверка на стапалата најмалку секои 12 месеци
✓	Одете на проверка на очите најмалку секои 2 години
✓	Разговарајте со вашиот доктор за слип апнеа ако забележите прекумерна сонливост додека возите
✓	Редовно проверувајте ја точноста на вашиот апарат за мерење на глукоза во крвта. Вашиот акредитиран инструктор за дијабетес или аптекар може да помогне

Што да правите ако имате „хајпо“ додека возите



1

Безбедно паркирајте и изгаснете го моторот. Извадете го клучот од контактот.



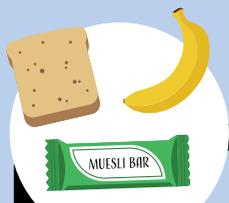
2

Проверете си го нивото на глукоза во крвта.



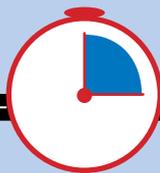
3

Ако е под 5mmol/L , испијте или изедете 15 грама од еден од следните јагленихидрати со брзо дејство.



5

Кога ќе биде над 5mmol/L , изедете еден од следните јагленихидрати со долготрајно дејство.



4

Почекајте 15 минути и проверете пак. Ако сеуште е под 5mmol/L , повторете ги чекорите 3 и 4.



6

Почекајте 30 минути и повторно проверете го нивото на глукоза во крвта.



Правете паузи и не заборавајте да си го проверувате нивото на глукоза во крвта секои два часа во текот на долги патувања.



7

Може да возите ако нивото е над 5mmol/L и се чувствувате добро.

Дијабетесот и осигурувањето на кола

Ако имате проблеми со осигурувањето на вашата кола, јавете се на Австралиската служба за финансиски жалби (Australian Financial Complaints Authority) на **1800 931 678**.

Дијабетесот и вашата возачка дозвола

Во вашата возачка дозвола може да бидат внесени услови. Ваша законска обврска е да ја известите Службата за издавање на возачки дозволи (Driver Licensing Authority) во вашата држава или територија ако земате инсулин или лекови за намалување на глукозата.

Држава	Контакт	Веб страница	Телефон
АЦТ	Access Canberra	accesscanberra.act.gov.au/	13 22 81
НЈВ	Roads and Maritime Services	rms.nsw.gov.au	13 22 13
СТ	Driving and Transport	nt.gov.au/transport	08 8999 1800
КЛД	Department of Transport and Main Roads	tmr.qld.gov.au	13 23 80
ЈА	Service SA	servicesa@sa.gov.au	13 10 84
ТАС	Department of State Growth	transport.tas.gov.au	1300 135 513
ВИК	Vic Roads	vicroads.vic.gov.au	13 11 71
ЗА	Department of Transport	transport.wa.gov.au	13 11 56
Цела Австралија	Austrroads Assessing Fitness to Drive guidelines	austrroads.com.au/ drivers-vehicles/ assessing-fitness-to-drive	13 11 56
Линија за помош на NDSS	Побарајте акредитиран инструктор за дијабетес	ndss.com.au	1800 637 700