



**ĐỪNG
LÁI XE KHI
LƯỢNG
ĐƯỜNG THẤP
HƠN 5**

Bệnh tiểu đường và lái xe: tài liệu hướng dẫn ngắn gọn

Hạ đường huyết và lái xe

Lái xe khi bị hạ đường huyết (lượng đường trong máu thấp) là không an toàn. Tình trạng hạ đường huyết có thể xảy ra khi lượng đường trong máu thấp hơn 5 mmol/l. Hạ đường huyết có thể xảy ra nếu quý vị chích insulin hoặc uống thuốc hạ đường.

Hạ đường huyết có thể xảy ra nhanh chóng, với các triệu chứng cảnh báo sớm như;

Run rẩy

Đầu lâng lâng

Đói bụng

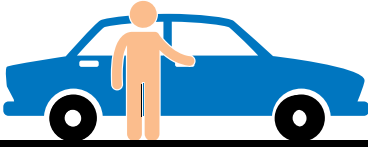
Nhức đầu

Một số người khó cảm nhận các triệu chứng ban đầu ('không nhận ra hạ đường huyết'), vì vậy, điều quan trọng là phải đo lượng đường trong máu trước khi lái xe.

Tìm tài liệu này tại ndss.com.au

Version 1 January 2021.
NDSSINF004V

Đo lượng đường trong máu trước khi lái xe



GỢI Ý: Mang theo máy đo, que xét nghiệm và các cách điều trị trường hợp hạ đường huyết của quý vị. Không nên để những thứ này trong xe. Sức nóng và ánh sáng sẽ làm chúng bị hư hại.

Tăng đường huyết và lái xe

Tăng đường huyết, (lượng đường trong máu cao) có thể gây ra tình trạng bị mệt mỏi, mắt mờ và khả năng quyết định bị ảnh hưởng, tác động đến khả năng lái xe.

Nếu cảm thấy không khỏe và lượng đường trong máu cao, điều quan trọng là đừng lái xe.

Các yếu tố khác có thể ảnh hưởng đến khả năng lái xe

Các biến chứng liên quan đến bệnh tiểu đường có thể ảnh hưởng đến khả năng quý vị có thể lái xe một cách an toàn.

Một số ví dụ là **khó cảm thấy các bàn đạp** vì dây thần kinh ở bàn chân bị hư hại hoặc **thị lực của quý vị bị thay đổi**.

Hãy nói chuyện với bác sĩ về những ảnh hưởng có thể xảy ra đối với khả năng lái xe một cách an toàn của quý vị.

Bệnh tiểu đường và danh sách kiểm tra lái xe một cách an toàn

✓	Đi bác sĩ để đo lượng HbA1c trong máu của quý vị
✓	Đi khám bàn chân ít nhất mỗi 12 tháng
✓	Đi khám mắt ít nhất mỗi 2 năm
✓	Hãy nói chuyện với bác sĩ về chứng ngưng thở khi ngủ nếu quý vị thấy buồn ngủ quá mức khi lái xe
✓	Bảo đảm quý vị thường xuyên kiểm tra độ chính xác của máy đo đường huyết. Nhân viên hướng dẫn về bệnh tiểu đường được công nhận hoặc dược sĩ có thể giúp quý vị

Nên làm gì nếu bị hạ đường huyết khi lái xe



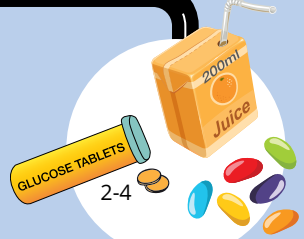
1

Tập xe vào lề một cách an toàn và tắt máy. Rút chìa khóa xe ra khỏi bộ phận đề máy.



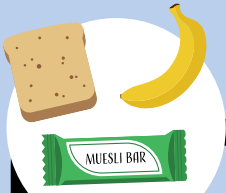
2

Đo lượng đường trong máu.



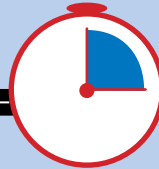
3

Nếu dưới 5mmol/L, hãy uống hoặc ăn 15 gam một trong những carbohydrate tác dụng nhanh ở trên.



5

Một khi lượng đường trong máu đã cao hơn 5mmol/L, ăn một trong những carbohydrate tác dụng lâu dài ở trên.



4

Đợi 15 phút và đo lại. Nếu vẫn thấp hơn 5 mmol/L, lặp lại bước 3 và 4.



6

Đợi 30 phút và đo lại lượng đường trong máu lần nữa.



7

Quý vị có thể lái xe nếu lượng đường trong máu cao hơn 5mmol/L và quý vị cảm thấy khỏe.

Nghỉ xả hơi và nhớ đo lượng đường trong máu mỗi hai giờ khi đi đường trường.

Bệnh tiểu đường và bảo hiểm xe hơi

Nếu gặp trở ngại liên quan đến bảo hiểm xe hơi của mình, quý vị hãy liên lạc với Cơ quan Đặc trách Khiếu nại Tài chính Úc (Australian Financial Complaints Authority) qua số **1800 931 678**.

Bệnh tiểu đường và bằng lái xe của quý vị

Bằng lái xe của quý vị có thể bị kèm các điều kiện. Trách nhiệm pháp lý của quý vị là báo cho Cơ quan Cấp Bằng Lái xe (Driver Licensing Authority) tại Tiểu bang/Lãnh thổ nơi quý vị cư ngụ biết nếu quý vị chích insulin hoặc uống thuốc giảm đường.

Tiểu bang	Liên lạc với	Trang mạng	Số điện thoại
ACT (Lãnh thổ Thủ đô Úc)	Access Canberra	accesscanberra.act.gov.au/	13 22 81
NSW (New South Wales)	Roads and Maritime Services	rms.nsw.gov.au	13 22 13
NT (Lãnh thổ Bắc Úc)	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 (Nam Úc)	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 (Tây Úc)	Department of Transport	transport.wa.gov.au	13 11 56
Ulusal	Austrroads Assessing Fitness to Drive guidelines	austrroads.com.au/ drivers-vehicles/ assessing-fitness-to-drive	13 11 56
NDSS Yardim Hatti	Yêu cầu được gặp Nhân viên Hướng dẫn về Bệnh tiểu đường đã được công nhận	ndss.com.au	1800 637 700