

<https://lisabetes.de/einmal-notaufnahme-und-zurueck/>

Mein Körper fing an zu zittern und zu zucken, meine Beine konnte ich nicht mehr kontrollieren. Da rief Peter erneut den Krankenwagen. Die **Sanitäter** sahen sofort, dass es mir nicht gut ging. Mein **Puls** und mein Blutdruck waren wieder viel zu hoch, meine **Körpertemperatur** viel zu niedrig.

Sie versuchten mir einen Zugang zu legen. Peter machte jede Lampe im Wohnzimmer an und die Suche nahm ihren Lauf. Bei mir eine gute – oder überhaupt – eine **Vene** zu finden, ist wie Lotto spielen. Sie versuchten es in der rechten Armbeuge. Nichts. Ich schlug mein rechtes Handgelenk vor „*Da findet man meistens noch etwas.*“ Gesagt getan, doch klappen wollte es nicht. Der dritte Versuch war mein linker Handrücken, doch auch der blieb erfolglos. „*Dann müssen wir es an den Füßen probieren!*“ dafür musste ich aber erstmal in den Rettungswagen. Die beiden Herren trugen mich die zwei Stockwerke nach unten. Im Krankenwagen wurde gleich erstmal ein kleines **EKG** gemacht. Soweit schien alles in Ordnung. „*Die Werte sind wieder so, wie sei bei einer jungen Frau in ihrem Alter sein sollten.*“ So entschieden wir direkt ins Krankenhaus zu fahren, wo der Arzt den Zugang selbst legen konnte. Sobald der Krankenwagen losfuhr hing ich wieder über der Schüssel und meine Beine wurde fixiert, da sie unkontrolliert zitterten. Ich bekam eine Heizdecke. Im Krankenhaus musste ich mich dann noch ein paarmal übergeben, aber sobald der Zugang gelegt war und ich etwas Flüssigkeit bekam, wurde es besser.

Es wurde ein EKG und ein **Ultraschall** gemacht. **Blut** und **Urin** wurde untersucht. „Ich habe Diabetes“

Anders als früher erzählte ich dieses Mal auch gleich, dass ich Diabetes habe. Außerdem das ich einen angeboren **Herz-Lungenfehler** und eine **Schilddrüsenunterfunktion** habe und blutdrucksenkende Medikamente nehme. „*Welchen Typ haben sie denn? Typ 1? Ja, wie sich das gehört.*“ zwinkerte mir der Sanitäter zu, während er seine Zettel ausfüllte. In dem Moment war ich über jeden auflockernden Spruch dankbar und er entlockte mir damit sogar ein Lächeln. Ich fühlte mich verstanden. Jeden Falls besser als das typische „*so jung schon Diabetes?*“ was ich leider auch schon öfter von **medizinischem Personal** hören durfte.

„*Wie ist denn ihr Blutzucker gerade?*“

„*Ich habe vor ca. 10 Minuten gemessen, da war er bei 169 mg/dl.*“

„Wir messen noch mal schnell.

190 mg/dl. Wieso ist der so hoch?“

„Das ist gerade tatsächlich beabsichtigt.“

„Wieso das?“

„Weil ich nichts bei mir behalten konnte und ich Angst vor Unterzuckerungen hatte. Dann lieber etwas höher.“

Er zog die Augenbrauen hoch. So ganz verstanden fühlte ich mich in dem Moment nicht mehr, aber was soll's? Ich hatte andere Probleme. Ich wollte und konnte in dem Moment nicht erklären, dass ich als Kind mit Magen-Darm im Krankenhaus gelandet bin, weil mein Blutzucker nicht steigen wollte. Irgendwie habe ich davon ein leichtes Trauma und Magen-Darm + Unterzucker sind seit jeher mein purer **Alptraum**. Und mal ehrlich 190 mg/dl. – Das geht doch noch voll, oder?!

Leider verabschiedete sich zu der Zeit auch mein **Dexcom**. Ich hatte ihn mittags noch verlängert und ausversehen einen falschen Code eingegeben.

Der **Flüssigkeitsverlust** tat dann noch sein Übriges. Als mir im Krankenhaus Blut angenommen wurde lag mein Blutzuckerwert schon bei über 400 mg/dl.

„Korrigieren sie selbst?“

„Ja.“

Damit hatte sich das Thema erledigt. Ich korrigierte vorsichtig mit dem **Bolusrechner** der **Pumpe**. Den **Rileylink** hatte ich zu Hause gelassen. Ohne Dexcom lief **Loop** sowieso nicht und ich war mir nicht ganz sicher, wie die **Notaufnahme** reagieren würde, würde ich von einem **DIY- Closed Loop** faseln. Sicher ist sicher.

Stündlich fragte mich das Personal nach meinem aktuellen Wert, den ich blutig testete. Jede Stunde war er wieder um ca. 50 Punkte gefallen. Das stellte alle zufrieden. „Er soll ja auch nicht zu langsam fallen.“ Ich war positiv überrascht, wie gut man hier mit meinem Diabetes umging. Man ließ mir selbst komplett freie Hand, hatte meine Werte aber mit im Blick. Keine **blöden Kommentare**, keine merkwürdigen Therapieversuche – alles so, wie ich es selbst kenne.

<https://suesshappyfit.blog/2019/08/14/welche-rolle-spielen-folgeerkrankungen-des-diabetes-fuer-mich/>

Bislang bin ich von Folgeerkrankungen zum Glück verschont geblieben. Sprich: Meine Netzhaut ist heil, ich spüre jedes Steinchen im Schuh, und nach einem Spargeessen stinkt mein Pipi schon nach 15 Minuten ganz gewaltig – woraus ich schließe, dass auch meine Nieren bislang 1a funktionieren. Puh. Ich bin recht zuversichtlich, dass ich auch weiterhin ohne Folgeerkrankungen durchs Leben gehen werde. Zum einen, weil ich erst recht spät die Diagnose Diabetes erhalten habe und damit bereits vier Jahrzehnte mit einem gesunden Zuckerstoffwechsel hinter mir hatte. Zum anderen, weil es mir glücklicherweise nicht allzu schwer fällt, meine Glukosewerte halbwegs in Schach zu halten. Außerdem hatte ich auch noch nie einen richtig fiesen Durchhänger, in dem mir meine Werte total egal waren und ich mein Diabetesmanagement habe schleifen lassen. Das sind also alles zusammen recht gute Voraussetzungen für ein langes Leben ohne Folgeerkrankungen.

(Diese Angst vor Folgeerkrankungen belastet mich im Alltag zwar nicht sehr. Doch es gibt Momente, wo sie aufflackert oder sich aus dem Unterbewussten einen Weg nach draußen bahnt. Meine Schwester Caro hat das einmal sehr anschaulich beschrieben, als sie mir von meinem Verhalten bei einer Party erzählt hat, an die ich wegen etlicher Gin Tonic zu viel leider keine eigene Erinnerung habe. „Ich werde doch sowieso irgendwann blind“, habe ich da im Suff wohl geheult. Diese blöde Angst ist also doch irgendwie und irgendwo mein ständiger Begleiter)

<https://diafeelings.com/dbw2018-meine-akzeptanzstoerung/>  
„Ich bin keine Diabetikerin“

Auch wenn ich es nie so ausgesprochen habe, habe ich mich so verhalten. **Ich habe meinen Körper an seine Grenzen gebracht und meinen Diabetes einfach ignoriert.** Wirklich ignoriert. Ich muss aufgewacht sein mit Werten zwischen 400-500 mg/dl. Ich kann das noch nicht mal so genau sagen, weil ich nie gemessen habe. Ein Blutzuckerwert gab es vielleicht alle 14 Tage mal. Morgens habe ich mir also 15 Einheiten Humalog gegeben und bin in die Schule. Basalinsulin, was ist das? Gab's auch nicht. Diesen Lebensstil habe ich nahezu über Jahre fortgeführt und letztendlich war klar, dass mich das in eine Ketoazidose bringen wird.

Ketoazidotisches Koma / Coma diabeticum

Im Alter von 15 Jahren, also drei Jahre nach meine Diagnose kam ich ins Krankenhaus. Ich habe so gerade eben noch mitbekommen, wie meine Mutter und ich in die Notaufnahme kamen und anschließend war ich weg. Die folgenden drei Tage weiß ich nur aus Erzählungen. Für meine Mutter die schlimmste Zeit ihres Lebens, denn die ersten 48 Stunden war nicht klar, ob ich jemals wieder aufwachen werde. Am dritten Tag kam erst die Entwarnung. Meine Werte konnten wieder stabilisiert werden und der Arzt teilte meiner Mutter mit, dass ich irgendwann in den nächsten Stunden aufwachen müsste. In der folgenden Nacht wurde ich so gegen 1 Uhr morgens wach. Ich hatte ein Krankenhaushemdchen an, einen Blasenkateter liegen und wusste überhaupt nicht wo ich war und was mit mir geschehen ist

<https://diabetes-leben.com/ich-bin-ich>  
Und nun meine Diabetes-Geschichte

Ich war 14 Jahre alt, als die Diagnose meines Hausarztes „Diabetes Typ 1“ lautete. Damit konnte ich damals nicht viel anfangen. Erst in der Klinik verriet mir die Krankenschwester, was mich künftig erwartet: Sieben Mal am Tag den Blutzucker messen, Tagebuch schreiben, keinen Zucker mehr essen und etwa vier Mal am Tag selbst das Insulin spritzen. Gleichzeitig hielt man mir den Diätplan vor die Nase, zeigte mir das Messgerät, erklärte dessen Funktion und steckte mir die erste Einwegspritze in den Bauch, die sie vorher mit Insulin aufgezogen hatten. Die Diagnose „Diabetes Typ 1“ traf mich schon wie ein Schlag ins Gesicht. Obwohl ich mich manchmal sogar frage, ob ich nicht sogar mehr am Klinikaufenthalt als an der Diagnose zu knabbern hatte. Nun ja: Drei Wochen war ich nun in der Klinik damit beschäftigt:

- von morgens bis abends und sogar nachts den Blutzucker zu messen,
- Insulin zu spritzen (was ich trotz meiner Angst, am zweiten Tag können musste),
- mich nach dem strengen Diätplan zu ernähren, diesen Plan und
- Aktivitäten zu protokollieren,
- drüber nachzudenken, wie viele BEs die Lebensmittel haben,
- den Insulinbedarf danach auszurichten,
- ins Labor und zu Untersuchungen zu rennen und
- an Schulungen teilzunehmen.

Dabei beobachtete ich weitere Diabetes-Patienten in der Klinik, die unter Folgeschäden litten. Täglich wies man mich daraufhin, was der Diabetes für Folgen mit sich bringen kann. In mir brach eine Welt zusammen. Ich gab mir selbst die Schuld an der Krankheit, verstand vieles noch nicht.

Ärzte und Schwestern hatten kaum Zeit sich zu kümmern, die Patienten waren mindestens 30-40 Jahre älter als ich und überwiegend Typ-2-Diabetiker. Und so wurde ich auch behandelt. Psychologische Hilfe wollte ich damals, im pubertären Alter nicht annehmen. Meine Eltern waren verzweifelt, besorgt und litten mit. Als ich endlich „freigesprochen“ und wieder aus der Klinik entlassen wurde, habe ich eigentlich mit kaum jemandem außer meinen Eltern über die Krankheit gesprochen, obwohl der Diabetes damals mein Leben bestimmte:

<https://happy carb.de/ueber-mich-happy-carb-mein-low-carb-weg-zum-glueck/rueckblick-oder-wie-ich-dick-wurde/>