

Novo Nordisk is nummer één in de behandeling van diabetes met een volledig gamma insulines, hoog kwalitatieve pensystemen, naalden en glucagon.

Novo Nordisk "Diabetes Care" stelt verder de volgende brochures ter beschikking van de patiënt:

- ◆ Wat is diabetes?
- ◆ Diabetes en voeding
- ◆ Diabetes en zwangerschap
- ◆ Diabetes en lichaamsbeweging
- ◆ Diabetische voet
- ◆ Diabetes en hoge bloeddruk
- ◆ Insuline injecteren met een pen
- ◆ Glucagen® Hypokit
- ◆ Type 2 diabetes

A. Inleiding



Vakantie hoeft voor u als diabetes- patiënt niet iets te zijn om tegen op te zien. Wat u moet doen, wijkt niet veel af van wat iedere andere vakantieganger moet doen.

U dient echter rekening te houden met een aantal 'spelregels' in verband met insulinetoediening, voeding en lichaamsbeweging.

De bedoeling van dit boekje is ervoor te zorgen dat u bij de voorbereiding van uw vakantie niets over het hoofd ziet, zodat u straks van een fijne tijd kunt genieten. Indien u over bepaalde zaken vragen hebt, kunt u uiteraard steeds bij uw behandelend arts en/of verpleegkundige terecht.

Bij het verlaten van uw huis hebt u alles gecontroleerd; het gas is afgesloten en de sleutel van het huis is bij familie, buren of kennissen; nu kunnen zij op uw huis passen, de post bewaren en, indien nodig, de huisdieren eten geven. Uw vakantie-adres en telefoonnummer(s) hebt u ook doorgegeven; zo hoeft er bij noodsituaties niet naar u te worden gezocht.

De koffers zijn ingepakt, van tandenborstel tot zonnebrandcrème. Insuline, injectiemateriaal, Glucagen' Hypokit, paspoort en reisdocumenten hebt u in een aparte reistas opgeborgen; dit voorkomt onnodig zoeken tijdens de reis. Met een gerust vakantiegevoel kunt u nu op reis vertrekken.

Om dit gevoel tot op de laatste dag van uw vakantie te behouden, raden wij aan dat uw behandelend arts voldoende verpakkingen van de insuline die u normaal gebruikt, voorschrijft. Een verpakking met 5 patronen van 1,5 ml bevat in totaal 750 eenheden insuline. Een verpakking met 5 patronen van 3 ml bevat in totaal 1.500 eenheden insuline. Een flesje (flacon) insuline van 10 ml bevat 1.000 eenheden. Vergeet uw spuitjes of insulinepennen niet.

De NovoFine'naaldjes kunt u voor alle NovoPen®-pensystemen gebruiken.

B. Verzekering

Sluit een reis- / ongevallenverzekering af bij uw reisbureau of bij een toeristenorganisatie. De reis-/ ongevallenverzekering dekt veelal de onkosten van een hospitalisatie omwille van een diabetesontregeling niet. Mochten zich over een eventuele schaderegeling problemen voordoen, neem dan contact met de Vlaamse Diabetes Vereniging tel. 09/220 05 20).

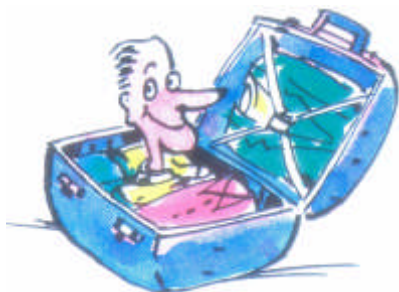
Informeert u altijd bij uw ziekenfonds of uw ziektekostenverzekeraar of u nog speciale maatregelen dient te nemen om ook in het buitenland volledig verzekerd te zijn. België heeft namelijk niet met alle vakantie landen een regeling gesloten over de afrekening van de ziektekosten. Haal bij uw ziekenfonds het formulier E-111 voor Europese landen.

C. Bagage

Zorg ervoor dat u op reis het volgende materiaal altijd in uw handbagage hebt:



1. Voor patiënten die met insuline worden behandeld: insuline, injectiespuiten of insulinepennen, naalden en een ontsmettingsmiddel voor de huid (zgn. "Alcohol-Swabs" - in alcohol gedrenkte gaasdoekjes - zijn het meest praktisch).
Voor patiënten die met tabletten ("orale antidiabetici") worden behandeld: uiteraard uw tabletten.
2. Testmateriaal voor urine- of bloedonderzoek: teststrips, glucosemeter.
3. Glucagen® Hypokit (zie voor informatie blz. 6).
4. Extra koolhydraten, zoals wat suiker of druivesuiker, suikerbevattende frisdrank, of wat fruit. Enkele verpakte koekjes op zak houden.
5. Identiteitskaart voor diabetespatiënten. Een voorbeeld van zo'n identiteitskaart in verschillende talen werd in dit boekje opgenomen (blz. 19-26).
6. Een verklaring van uw arts, waarin wordt vermeld dat u diabetes hebt, welk insulinepreparaat of welke tabletten u gebruikt en misschien ook de dosis die u gebruikt. Met een dergelijke verklaring voorkomt u moeilijkheden met de douane in verband met het in bezit zijn van injectiespuiten en insuline of tabletten. Vraag uw arts ook om een reservevoorschrift. Novo Nordisk insulines zijn in vele landen verkrijgbaar.
7. Polissen van reis- en/of ziektekostenverzekering, of fotokopieën daarvan, indien u de originele polis(sen) liever thuis bewaart.



De onder 1 - en 2 - genoemde materialen hoeft u op uw vakantie-adres niet overal mee naar toe te nemen. De onder 3 -, 4 -, 5 -, 6 - en 7 - genoemde zaken daarentegen moet u wel altijd en overal bij u hebben.

Op welke manieren insuline op reis kan worden bewaard, wordt afzonderlijk besproken (zie blz. 14).

D. Vaccinaties

Voor diabetespatiënten gelden in verband met vaccinaties geen bijzondere richtlijnen. Ga voor de vaccinaties die in verband met uw reisdoel worden aanbevolen of zijn voorgeschreven, zeker twee maanden vóór het begin van de reis naar uw dokter, of neem contact met het Instituut voor Tropische Geneeskunde te Antwerpen (Nationale Straat 155-A1, 2000 Antwerpen, tel. 03/247 66 66).

E. Wagenziekte, zeeziekte, luchtziekte

Reisziekte valt goed met zogenaamde "reistabletten" te behandelen. Deze tabletten, die zonder voorschrift in de apotheek verkrijgbaar zijn, zijn voor diabetespatiënten onschadelijk. Wie weet dat hij last van reisziekte kan krijgen, moet de tabletten vóór aanvang van de reis innemen. Wie als gevolg van misselijkheid geen vast voedsel kan eten, kan proberen de nodige hoeveelheid koolhydraten in de vorm van druivesuiker, vruchtensap of suikerbevattende frisdrank te gebruiken.



Enkele nuttige reistips

- ◆ Alleen op reis gaan dient vermeden te worden. Indien dit echter wel gebeurt, is het verstandig een persoon met een bepaalde verantwoordelijkheid op de hoogte te brengen, dat u diabetespatiënt bent. Men kan zich hiervoor bijvoorbeeld wenden tot de kaartjesknipper in de trein of tot een steward(ess) op het vliegtuig.

- ♦ Reizen kan een diabetespatiënt op een bepaalde manier ontregelen door stress, eventuele uurverschillen, abnormale inspanningen bij het dragen van bagage, enz. Er bestaat geen groot gevaar om een licht verhoogd bloedsuikergehalte te hebben gedurende de reisdag en dit valt in ieder geval te verkiezen boven een te scherpe bloedsuikerinstelling met risico's op hypoglycemie en zelfs bewustzijnsverlies.

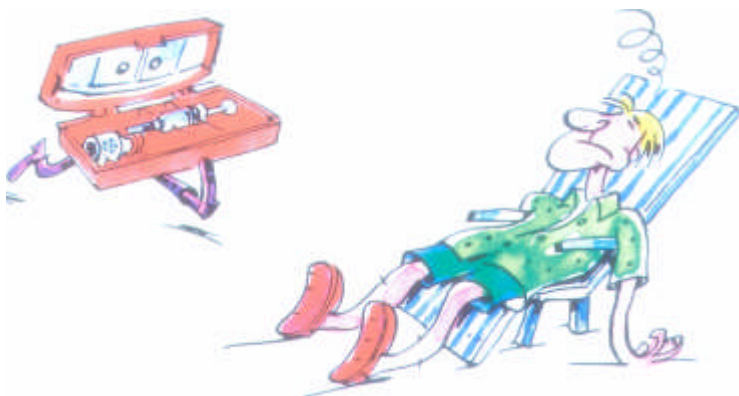
F. Douane

Insuline, tabletten of ander materiaal voor de behandeling van diabetes hoeft men niet aan te geven bij de douane. Het zijn geneesmiddelen voor persoonlijk gebruik. Wel doet u er goed aan, een verklaring bij u te dragen, waarin staat dat u diabetespatiënt bent, om moeilijkheden met de douane in verband met het in het bezit zijn van injectiespuiten en insuline of tabletten te voorkomen.

G. Glucagen® Hypokit

Neem in overleg met uw arts een verpakking glucagon mee, bijv. Glucagen® Hypokit; bij bewustzijnsverlies door een te laag bloedsuikergehalte kan een reisgenoot deze bloedglucoseverhogende stof onmiddellijk in de spier ('intramusculair') of onderhuids ('subcutaan') inspuiten. Lees aandachtig de bij- sluitertekst van Glucagen® Hypokit en bespreek een en ander met personen uit uw naaste omgeving, opdat zij u, indien nodig, kunnen helpen. Normaal gesproken zal de diabetespatiënt binnen 10-15 minuten reageren en weer bij bewustzijn komen. Geef vervolgens glucose in de vorm van suiker, snoep of suikerhoudende frisdrank. Doe dit echter nooit als de diabetespatiënt niet bij bewustzijn is! Indien hij/zij na 10-15 minuten nog niet bij bewustzijn

is, moet een tweede injectie met glucagon toegediend worden en dient onmiddellijk een arts gewaarschuwd te worden.



H. Algemene richtlijnen met het reizen

1. Reizen met bus of trein

Deze reizen stellen in principe geen specifieke problemen, daar ze gewoonlijk van korte duur zijn. Zelfs wanneer dit type reis langer dan één

dag duurt, levert het overbrugde aantal kilometers geen noemenswaardige uurverschillen op. Men dient zich eenvoudig ervan te vergewissen of er maaltijden onderweg voorzien zijn.

Is er een wagon met restaurant? Zijn er busstops in restaurants of picknickplaatsen voorzien? Het is verstandig om wat "noodvoedsel" bij zich te hebben voor het geval dat een vertraging werd opgelopen of bij pech onderweg.

2. Als automobilist

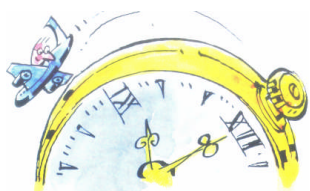
Als u met de auto reist, is het noodzakelijk regelmatig uw bloedsuikergehalte te controleren om een plotse of verraderlijke hypoglycemie te vermijden.

Een glucosemeter met een geheugen is wellicht een goede keuze omdat het u kan helpen in geval van betwisting na een eventueel ongeval. Men dient steeds suiker, "snelle" suikers (Dextro Energen®, cola, ...) en traag resorbeerbare suikers (brood, beschuit, ...) bij zich te hebben. Zoals

bij andere automobilisten, dient de diabetes- patiënt elke twee uur rustpauzes in te lassen om de benen te strekken, zich te verfrissen en eventueel een hapje (snack) of wat fruit te eten.

3. Met het vliegtuig reizen

Men dient een onderscheid te maken tussen vluchten zonder of met licht tijdsverschil en vluchten met een tijdsverschil van meer dan 6 uur in de ene of de andere richting.



Vlucht zonder tijdsverschil of met een licht tijdsverschil In principe stellen deze vluchten geen problemen. De maaltijden worden nagenoeg op dezelfde tijden genomen en de injecties worden volgens het zelfde schema toegediend.

Vlucht van het oosten naar het westen met een belangrijk tijdsverschil (zie verder)

Vlucht van het oosten naar het westen met een belangrijk tijdsverschil

Het klassieke voorbeeld is een reis van Brussel naar Chicago. Het vliegtuig stijgt op in Brussel om 11u30. Het landt in Chicago om 13u30 plaatselijke tijd. De duur van de vlucht bedraagt 9 uur. Het tijdsverschil is 7 uur. Er worden 2 warme maaltijden aan boord geserveerd. Bij dit type reis wordt de dag met 7 uur verlengd. De adviezen die men u kan geven, hangen af van het door u gevolgde therapieschema. U gebruikt misschien een traditioneel injectieschema met een injectie van een mengsel van kort- en verlengdwerkende insuline vóór het ontbijt en vóór het avondeten, ofwel volgt u een basaal/ prandiaal therapie met een injectie van kortwerkende insuline vóór elke maaltijd (ontbijt, lunch, avondeten) en een injectie van een verlengd- werkende insuline vóór het slapengaan. De schematische weergave van deze injectieregimes vindt u in figuur 1.

Als u een basaal/prandiaal regime volgt, gaat u gewoon door met het gebruikelijke schema bij de maaltijden; men dient echter één extra injectie met kortwerkende insuline te geven bij het avondeten in Chicago.

Als u een conventionele therapie volgt, neemt u de gebruikelijke ochtendinjectie in Brussel, één extra injectie met kortwerkende insuline om aan de insulinebehoefte naar aanleiding van de tweede maaltijd die aan boord geserveerd wordt, te voldoen, en tenslotte de gebruikelijke injectie vóór het avondeten in Chicago. Overleg vooraf met uw behandelend arts hoeveel eenheden van de kortwerkende insuline u voor die extra injectie moet toedienen.

Figuur 1 Schema injectieregime voor vlucht Brussel – Chicago

maaltijden	thuis om 7u30	tijdens vlucht	tijdens vlucht	in chicago om 19u30	voor het slapen
basaal/prandiaal regime	kortwerkend	kortwerkend	kortwerkend	kortwerkend	verlengd-werkend
conventionele therapie	kortwerk. + verlengdwerk		kortwerkend	verlengdwerk. kortwerk. +	

Figuur 2 Schema injectieregime voor vlucht Chicago – Brussel

maaltijden	in chicago om 7u30	middagmaal in chicago	tijdens vlucht	tijdens vlucht
basaal/prandiaal regime	kortwerkend	Kortwerkend	kort + 2/3 verlengd	kortwerkend
conventionele therapie	kortwerk. + verlengdwerk.		kortwerk.+ 2/3 verlengd-werkend	kortwerk.+ verlengd-werkend

Figuur 3 De uurzones



Vlucht van het westen naar het oosten met een belangrijk tijdsverschil

Laten we als voorbeeld de terugkeer van Chicago naar Brussel nemen. Het vertrek in Chicago met een Brussels Airlines-vlucht is om 15u20. De aankomst in Brussel is voorzien om 6u10 de daaropvolgende dag. De vlucht duurt 7u50 minuten. Het tijdsverschil is 7 uur. De dag wordt dus korter. De therapeutische raadgevingen worden weergegeven in figuur 2.

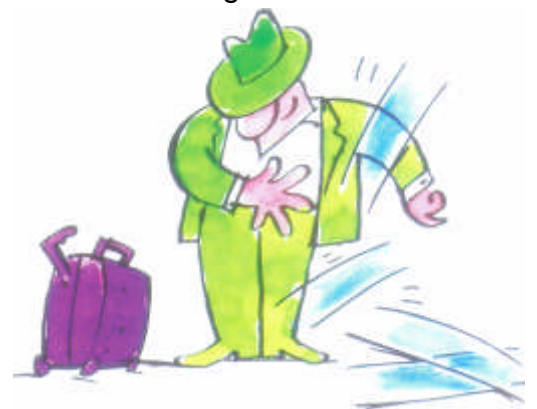
Als u een **basaal/prandiaal regime volgt**, neemt u de gebruikelijke maaltijdinjectie in Chicago en tevens 's middags. Vóór het avondeten aan boord kan men een injectie met kortwerkende insuline nemen samen met 2/3 van de dosis verlengdwerkende insuline.

De volgende ochtend wordt bij het ontbijt aan boord kortwerkende insuline toegediend.

Indien u een **conventionele behandeling** volgt, neemt u's ochtends in Chicago een mengsel van kortwerkende en verlengdwerkende insuline.

Om de avondmaaltijd te overbruggen neemt u de gebruikelijke hoeveelheid kortwerkende insuline met slechts 2/3 van de dosis verlengdwerkende insuline.

De volgende dag vóór het ontbijt aan boord gebruikt u weer het gebruikelijke mengsel van korten verlengdwerkende insuline.



I. Omrekening energie eenheden

In heel Europa wordt tegenwoordig de hoeveelheid energie in voedingsmiddelen uitgedrukt in kilojoules (kJ) in plaats van in kilocalorieën (kcal). 1 kcal = 4,2 kilojoule. Een 1.500 kcal dieet van vroeger komt dus nu overeen met een dieet van 6.300 kJ.

J. Lichaamsbeweging en sport

Spijararbeid stimuleert niet alleen de bloedsomloop, maar leidt ook tot daling van de bloedglucose-spiegel door het toegenomen verbruik van glucose in de spiercellen. Hoe zwaarder en hoe langer de spieren worden belast, des te sterker daalt de bloedglucosespiegel. Indien u niet op tijd de juiste tegenmaatregelen hebt getroffen, kan dit tot hypoverschijnselen leiden. Dit geldt voor alle diabetespatiënten, ongeacht of zij met insuline of met tabletten worden behandeld. Het advies is dan ook om van tevoren wat extra koolhydraten te gebruiken (1 g koolhydraten levert 16,7 kJ). In rust verbruikt een persoon met een normale lichaamsbouw per uur en per kg lichaamsgewicht 3,5 kJ. Volgens de tabel op pagina 13 moet hierbij, afhankelijk van de aard van de lichaamsbeweging, het volgende worden opgeteld: (zie hieronder)

Gemiddeld extra energieverbruik per uur en per kg lichaamsgewicht.

Rustige wandeling (snelheid 2-3 km/uur)	8,5 kJ	(2 kcal)
Stevige wandeling (snelheid 5-6 km/uur)	12,5 kJ	(3 kcal)
Fietsen	12,5 kJ	(3 kcal)
Dansen	14,5 kJ	(3,5 kcal)
Tennissen	22,5 kJ	(5,5 kcal)
Zwemmen	30,5 kJ	(7 kcal)
Voetballen	30,5 kJ	(7 kcal)
Hardlopen	64,5 kJ	(15 kcal)



Bij een stevige wandeling van een uur verbruikt iemand met een lichaamsgewicht van 60 kg dus $(60 \times 3,5)$ (rust) + $(60 \times 12,5)$ (wandeling) = 960 kJ. Men kan ook de insulinedosis verminderen volgens de geplande fysieke activiteit. Raadpleeg hiervoor uw behandelend arts. Zorg ervoor dat u bij te verwachten sportieve prestaties een tussenmaaltijd bij u hebt. Suikerklontjes, druivesuiker of fruit alleen zijn volstrekt onvoldoende. Het eten voor onderweg mag best wat extra traag resorbeerbare koolhydraten bevatten. Neem bijvoorbeeld eerder een paar kleine krentenbroodjes mee dan brood met kaas of ham als beleg. Neem vóór u extra spierarbeid gaat verrichten, in

welke vorm dan ook, de nodige maatregelen om een hypo te voorkomen. Bent u aan het sporten op een moment dat u zich gewoonlijk injecteert, overweeg dan de injectie wat uit te stellen. Diabetespatiënten mogen nooit alleen gaan zwemmen; zij dienen door iemand begeleid te worden, die weet wat diabetes is en wat er in geval van een hypo dient te gebeuren. Bepaalde sporten zoals diepzeeduiken en bergbeklimmen worden afgeraden.

Blijkt bij controle uw bloedsuikergehalte te hoog (300 mg/dl) en/of blijkt de urine veel aceton te bevatten, dan wordt lichaamsbeweging afgeraden. Een beginnende ketoacidose kan hierdoor zelfs verergeren. Indien u nog niet hebt geleerd wat u in zo'n geval het beste kunt doen, is het raadzaam uw behandelend arts en/of verpleegkundige om advies te vragen.

K. Bewaren van insuline

Bewaar uw insulinereserve koel, doch vorstvrij, bij voorkeur tussen 2° en 8°C, en bescherm ze tegen direct zonlicht!

De in gebruik zijnde insuline mag gedurende 4 weken op kamertemperatuur bewaard worden. Een wat hogere temperatuur gedurende korte tijd heeft voor de werkzaamheid van de insuline nauwelijks gevolgen, zoals uit het schema rechtsboven blijkt.

temperatuur	bewaartijd	verlies werkzaamheid
25 °C	6-8 weken	hooguit 1 %
35 °C	4-6 weken	hooguit 5 %
45 °C	5 dagen	hooguit 5 %

Een verlies van 5% is nog aanvaardbaar. Het verdient echter aanbeveling de desbetreffende insuline na thuiskomst niet meer te gebruiken. In een warm klimaat is de kans op bacteriële verontreiniging door het herhaaldelijk aanprikken van de flacon namelijk groter dan normaal, ook al wordt de rubberdop van de flacon gedesinfecteerd. Gooi daarom uw aangeprikte flacon - zeker in landen met een warm klimaat - na 2 à 3 weken weg, leeg of niet leeg.

Bij het gebruik van een insulinepen vermijdt u dit probleem.

Manieren om uw insuline op reis te bewaren zijn:

- ♦ in koeltas (insuline niet tegen de koelelementen leggen)
- ♦ in isolerend doosje van “piepschuim” (ook wel “isomo” genoemd)
- ♦ tussen handdoeken
- ♦ in een kleine “thermosfles”.



Verkrijgbaarheid van insulines van 40 en 100 I.E. / ml



Bedenk dat vooral in de kofferruimte en op de hoedenplank van een in de zon geparkeerde auto de temperatuur zo hoog kan oplopen, dat de insuline in de auto bij voorkeur in een koeltas of in een thermoskan met wijde schenkhal moet worden vervoerd. Bewaar uw insuline - indien mogelijk - 's nachts in een koelkast. Bij wintersport moet worden voorkomen dat insuline bevroren raakt.

Draag de insuline dicht tegen het lichaam. Met een insulinepen is dit geen probleem.



Mocht u zich in het buitenland insuline moeten aanschaffen, Let er dan op dat u insuline in de juiste concentratie krijgt. In België is thans de gebruikelijke concentratie van insuline 100 Internationale Eenheden /ml (100 I.E. / ml) terwijl in sommige andere landen nog insulines van 40 eenheden per milliliter in flacon verpakking verkrijgbaar zijn.

Voor informatie betreffende het al dan niet verkrijgbaar zijn van de door u gebruikte insuline(s) in het land van bestemming, kunt u contact nemen met Novo Nordisk Pharma (Internationale laan 55/6, 1070 Brussel, tel. 02/556 05 80).

I'm a diabetic...

If I am behaving abnormally please give me 3 lumps of sugar, or a sugared drink immediately. If I do not want to or cannot swallow, or if recovery does not take place after 15 minutes, or if I am unconscious, bring me to a hospital at once.

Hospital:

Place:

Attending physician: Tel:

Ik heb diabetes...

Indien ik verward (maar bewust) aangetroffen word, moet men mij 3 suikerklontjes of 1 glas gesuikerde drank geven. Indien ik niet kan of wil slikken, of bij onvoldoende verbetering na 15 minuten, of bij bewusteloosheid, dient men mij zo snel mogelijk naar een ziekenhuis te vervoeren.

Hospitaal:

Plaats:

Behandeld arts: Trl:

Land	Diabetesvereniging	Belgische Ambassade	Novo Nordisk Pharma filiaal
België	Association Beige du Diabète Chaussee de Waterloo 935 1180 Bruxelles Tél. +32 (0)2-374 31 95 Fax +32 (0)2-374 81 74 Les Jeunes et le Diabète ASBL Rue d'Aumale 128 1070 Bruxelles Tél. +32 (0)2-520 92 59		SA Novo Nordisk Pharma NV Riverside Business Park Bld International 55/6 1070 Bruxelles Tél. +32 (0)2-556 05 80 Fax +32 (0)2-520 32 92
Nederland	Diabetes Vereniging Nederland PPuntenburgerlaan 91 3812 CC Amersfoort Tél. +31 (0)33-463 05 66 Fax +31 (0)33-463 09 30	Belgische Ambassade in Nederland Lange Vijverberg 12 2513 AC Den Haag Tél. +31 (0)70-312 34 56 Fax +31 (0)70-364 55 79	Novo Nordisk Farma BV Flemingweg 18 2408 AV Alphen a/d Rijn Tel. +31 (0)1-7244 94 94 Fax +31 (0)1-7242 47 09
Luxemburg	Assoc. Luxemb. Luxembourgeoise du Diabète B.P. 1316 - 1637 Luxembourg	Belgische Ambassade in Luxemburg Rue des Girondins, 4 - 1626 Luxembourg Tél. +00 (0)352-44 27 461 Fax +00 (0)352-45 42 82	
Duitsland	Deutscher Diabetiker Bund e.V. Danzigerweg 1 - 58511 LUdenscheid Tél. +49 (0)2351-98 91 53 Fax +49 (0)2351-98 91 50	Belgische Ambassade in Duitsland Kaiser Friedrichstraf3e 7 53113 Bonn Tél. +49 (0)228-20 14 50 Fax +49 (0)228-22 08 57	Novo Nordisk Pharma GmbH BrucknerstraBe 1 - 55127 Mainz Tél. +49 (0)6131-903 0 Fax +49 (0)6131-903 225
Frankrijk	Association Francaise des Diabétiques 58, rue Alexandre Dumas 75544 Paris Cedex 11 Tél. +33 (0)1-40 09 24 25 Fax +33 (0)1-40 09 20 30	Belgische Ambassade in Frankrijk 9, rue de Tilsitt - 75840 Paris Cedex 17 Tél. +33 (0)1-44 09 39 39 Fax +33 (0)1-47 54 07 64	Novo Nordisk Pharmaceutique SA 32, rue de Bellevue 92773 Boulogne-Billancourt Cedex Tél. +33 (0)1-46 84 59 00 Fax +33 (0)1-46 84 59 01
Oostenrijk	Osterreichische Diabetikervereinigung MoosstraBe, 18 - 5020 Salzburg Tél. +43 (0)662-82 77 22 Fax +43 (0)662-82 92 22	Belgische Ambassade in Oostenrijk Wohllebengasse 6/3 - 1040 Wien Tél. +43 (1)662-502 07 Fax +43 (1)662-50207 22	Novo Nordisk Pharma GmbH UniversittsstraBe 11 - 1010 Wien Tél. +43 1405 15 01 Fax +43 1408 32 04(

Doctor's certificate

Mrs/ Miss/ Mr

born on/...../..... is suffering from diabetes mellitus and should receive or take daily (number :)

..... injection(s) of the insulin(s) (brand :)

or take daily (number :) tablet(s) of (brand :)

Attending physician,

Place date

Doktersverklaring

Mevr./Dhr.

geboren op/...../..... heeft diabetes mellitus en dient daarom te worden behandeld met dagelijks (aantal :) injectie(s) van de insuline(s) (merknaam :)

of met dagelijks (aantal :) tablet(ten) van het preparaat (merknaam :)

Behandelend arts, (handtekening :)

Plaats : Datum :

Je suis diabétique...

En cas de comportement anormal, veuillez me donner d'urgence 3 morceaux de sucre ou 1 verre d'une boisson sucrée. Si je refuse ou semble incapable d'avaler, ou si mon état ne s'améliore pas après 15 minutes, ou en cas de perte de conscience, il est urgent de me faire hospitaliser.

Hôpital

Lieu

Le médecin traitant

Telephone