

KETONSPIEGEL MESSEN – DKA VORBEUGEN.

Erfahren Sie mehr über die Rolle von Ketonen bei Diabetes und darüber, wie Sie Symptome frühzeitig erkennen und behandeln können, um einer diabetischen Ketoazidose (DKA) vorzubeugen.¹

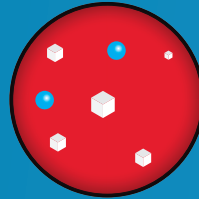


Bitte beachten Sie die Literaturangaben auf der Rückseite.



Was genau sind Ketone und wie entstehen sie im Körper?

Menschen mit Diabetes sollten auf ihre Ketonspiegel achten, um einem potentiell lebensbedrohlichen Notfall namens diabetische Ketoazidose (DKA) vorzubeugen.²



Hyperglykämie^{3,4}

Ihr Körper verfügt nicht über ausreichend Insulin für die Umwandlung von Glukose in Energie, wodurch der Glukosespiegel in Ihrem Blut zu hoch wird.²



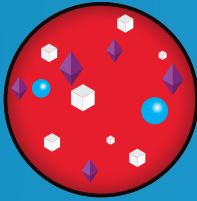
Mögliche Symptome:^{2,4,5}

- Durst
- Mundtrockenheit
- häufiges Wasserlassen
- verschwommenes Sehen

Nehmen Sie SGLT2 (Natrium-Glukose-Cotransporter-2)-Inhibitoren ein?

Hohe Ketonspiegel und DKA können auch bei normalen oder nur leicht erhöhten Glukosespiegeln auftreten.³

● Insulin ◻ Glukose ◆ Keton

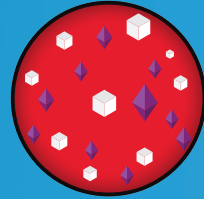


Ketose^{3,4}

Ihr Körper baut stattdessen Fett zur Gewinnung von Energie ab, wodurch sich Ketonkörper als Nebenprodukte im Blut ansammeln²



- Magenverstimmung oder Verstopfung
- Kopfschmerzen, Bewusstseinstörung (Brain Fog) oder Schlaflosigkeit
- Müdigkeit/Erschöpfung (Fatigue)
- Mundgeruch



Ketoazidose^{3,4}

Der Ketonspiegel steigt gefährlich an und übersäuert Ihr Blut, was zu einem DKA-Notfall führen kann, bei dem eine sofortige medizinische Versorgung erforderlich ist.²



- Übelkeit, Erbrechen oder Bauchschmerzen
- permanente Müdigkeit
- Hauttrockenheit oder -rötung
- Atembeschwerden
- fruchtiger Mundgeruch
- Konzentrationsprobleme
- Verwirrtheit

Nutzen Sie eine Insulinpumpe?

Überprüfen Sie bei einem hohen Glukosespiegel stets Ihre Insulinzufuhr.¹

Ketonspiegel zu Hause messen.



Testmethode

Urin-Keton-Teststreifen

Vorgehensweise⁶

1. Tauchen Sie den Streifen in die Urinprobe.
2. Vergleichen Sie die Farbe des Streifens mit der mitgelieferten Keton-Farbskala.

Ergebnisse^{4,6,9}

- Messbereich von sehr geringen bis zu grossen Mengen an Ketonen.
- Ergebnisse u. U. im Vergleich zum tatsächlichen Ketonspiegel um einige Stunden verzögert.

Zu beachten^{5,9}

- Urin-Teststreifen haben eine geringere Haltbarkeitsdauer.

Bei aktuellen Optionen zur Selbstmessung werden erhöhte Ketonspiegel anhand von Urin oder Blut bestätigt. Es ist wichtig, den Ketonspiegel zu messen, wenn Sie z. B.:^{3,8}



Symptome eines ansteigenden Ketonspiegels bemerken



Insulindosen versäumt haben



einen hohen Glukosespiegel haben



krank, verletzt oder gestresst sind

Blut-Keton-Messgerät und -Teststreifen

1. Stechen Sie sich in den Finger.
2. Nehmen Sie das Blut mit Teststreifen auf.
3. Platzieren Sie den Streifen im Messgerät, um Ihren Ketonspiegel zu messen.

- Messbereich $< 0,6$ bis $> 3,0$ mmol/L.
- Ketonspiegel in Echtzeit (gilt als am genauesten).

- Blut-Keton-Teststreifen sind länger haltbar.
Zudem ist ein separates Blut-Keton-Messgerät erforderlich.



Urin- und Blutttests zeigen den Ketonspiegel zu einem bestimmten Zeitpunkt an. Wiederholen Sie die Tests daher in regelmässigen Abständen, um so Veränderungen Ihres Gesundheitszustands zu überwachen.^{1,10}

Fühlen Sie sich bereit, steigende Ketonspiegel zu erkennen und einer DKA vorzubeugen?

Bereiten Sie sich gemeinsam mit Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin optimal vor.¹

- Fragen Sie, wie Sie die Ketonüberwachung in Ihren Diabetes-Behandlungsplan einbauen können.
- Informieren Sie sich in regelmässigen Abständen über die Symptome eines steigenden Ketonspiegels und über zu ergreifende Massnahmen, wenn diese auftreten.
- Überprüfen Sie in regelmässigen Abständen die Symptome eines DKA-Notfalls und wann Sie eine sofortige medizinische Versorgung in Anspruch nehmen müssen.

Zusätzliche Hinweise von Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin:

Behalten Sie steigende Ketonspiegel zu Hause im Blick.

- 1 Halten Sie einen Vorrat an nicht abgelaufenen Keton-Testutensilien bereit.**
 - Keton-Urinteststreifen und/oder -Blutteststreifen und -Messgerät
- 2 Achten Sie auf häufige Ursachen für steigende Ketonspiegel.^{3,8}**
 - versäumte Insulindosen
 - Krankheit oder Verletzung
 - bestimmte Medikamente
 - Drogen- oder Alkoholkonsum
- 3 Erkennen Sie die frühen Symptome von DKA.^{3-5,7}**
 - Durst oder sehr trockener Mund
 - häufiges Wasserlassen
 - Glukosespiegel $\geq 11,1$ mmol/L
 - mittlere Ketonspiegel im Urin oder 1,6 bis 3,0 mmol/L im Blut
- 4 Kennen Sie später auftretende Symptome, wenn diese zu einem DKA-Notfall führen.^{3,4,7}**
 - Übelkeit, Erbrechen oder Bauchschmerzen
 - permanente Müdigkeit
 - Hauttrockenheit oder -rötung
 - Atembeschwerden
 - fruchtiger Mundgeruch
 - Konzentrationsprobleme
 - Verwirrtheit
 - Glukosespiegel $\geq 11,1$ mmol/L
 - hohe Ketonkonzentration im Urin oder $\geq 3,0$ mmol/L im Blut
- 5 Haben Sie einen Plan bereit, wann welche Massnahmen ergriffen werden müssen.**
 - Sprechen Sie mit Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin, damit Sie wissen, wie Sie bei Symptomen eines ansteigenden Ketonspiegels handeln müssen und wann eine Notfallversorgung erforderlich ist.

ERKENNEN. MESSEN. HANDELN.

Erkennen Sie die Ursachen und frühen Symptome steigender Ketonspiegel, damit Sie die Ketonkonzentration messen und handeln können, bevor diese zu einem DKA-Notfall werden.¹



DKA = diabetische Ketoazidose.

Abbildungen sind Agenturfotos. Mit Models gestellt.

1. Nguyen, K. T. Journal of Diabetes Science and Technology (2022). <https://doi.org/10.1177/19322968211042656>.
2. American Diabetes Association. "Diabetes & DKA (Ketoacidosis)." <https://diabetes.org/about-diabetes/complications/ketoacidosis-dka/dka-ketoacidosis-ketones>.
3. Umpierrez, G. E. Diabetes Care (2024). <https://doi.org/10.2337/dci24-0032>.
4. Cleveland Clinic. "Ketones in Urine." Abgerufen am 26. November 2024. <https://my.clevelandclinic.org/health/articles/ketones-in-urine>.
5. Mayo Clinic. "Hyperglycemia in Diabetes." Abgerufen am 26. November 2024. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/hyperglycemia/symptoms-causes/syc-20373631>.
6. Cleveland Clinic. "Ketones." Abgerufen am 26. November 2024. <https://my.clevelandclinic.org/health/body/25177-ketones>.
7. Danne, T. Diabetes Care (2019). <https://doi.org/10.2337/dci18-2316>.
8. Centers for Disease Control and Prevention. "About Diabetic Ketoacidosis." Abgerufen am 26. November 2024. <https://www.cdc.gov/diabetes/about/diabetic-ketoacidosis.html>.
9. Huang, J. Journal of Diabetes Science and Technology (2024). <https://doi.org/10.1177/19322968231152236>.
10. American Diabetes Association. "Planning for Sick Days." Abgerufen am 26. November 2024. <https://diabetes.org/getting-sick-with-diabetes/sick-days>.

© 2026 Abbott | ADC-127442 v1.0

