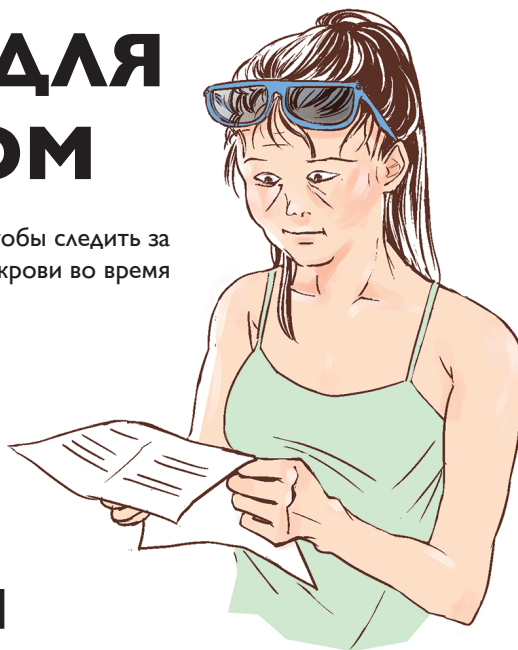


ПУТЕШЕСТВИЯ ДЛЯ ЛИЦ С ДИАБЕТОМ

Используйте этот список, чтобы следить за уровнем сахара (глюкозы) в крови во время путешествий.



ПЕРЕД ПОЕЗДКОЙ

- Разрешил ли вам путешествовать ваш врач?
- Есть ли у вас дополнительные рецепты на лекарства?
- Сделаны ли все необходимые на сегодняшний день прививки (иммунизация)?

ВО ВРЕМЯ ПОЕЗДКИ

Лекарства

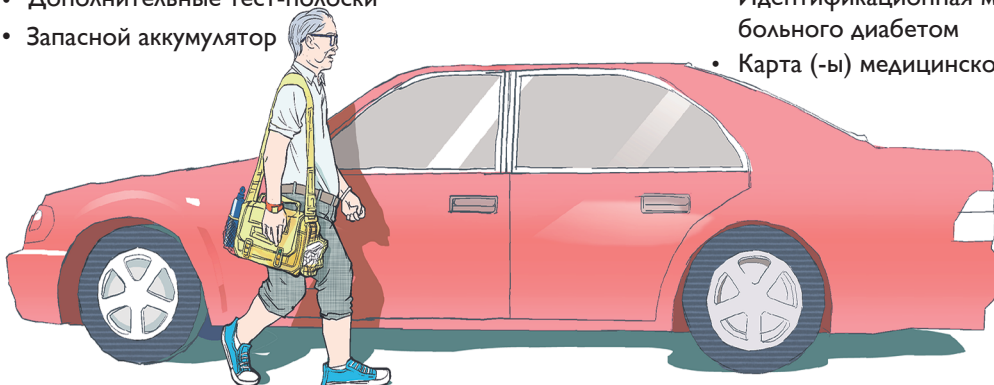
- Список лекарств с дозировками и расходных материалов, используемых при диабете
- Половина ваших лекарств и расходных материалов должна находиться при вас, а другая половина — в вашей ручной клади
- Резервный запас лекарств и расходных материалов (с запасом инсулина, хранящемся в охлаждающем контейнере)
- Если вы путешествуете самолетом, все ваши лекарства и расходные материалы должны быть в оригинальной упаковке

Прибор для измерения уровня сахара в крови

- Дополнительные тест-полоски
- Запасной аккумулятор

Идентификация

- Идентификационная медицинская карта или браслет больного диабетом
- Карта (-ы) медицинского страхования



Другие вещи, которые вы должны взять с собой

- На случай снижения уровня сахара в крови вы должны иметь при себе как минимум несколько закусок (по 15 грамм) с высоким содержанием сахара, который быстро усваивается, или таблетки глюкозы
- Дополнительную еду на случай длительного путешествия или каких-либо задержек во время поездки
- Удобную разношенную обувь
- Номер телефона своего врача
- Номера телефонов для экстренных случаев
- Запасной план питания на случай изменения часового пояса

