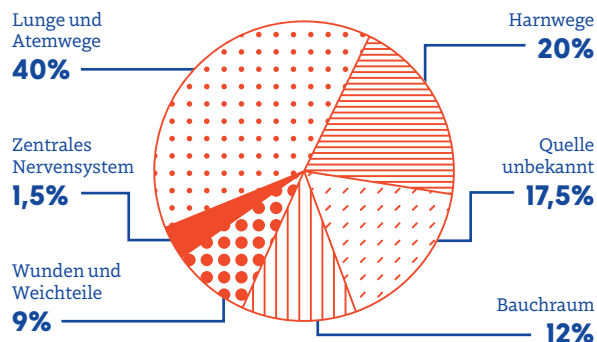


JEDE INFEKTION KANN ZU SEPSIS FÜHREN.

Sowohl bakterielle als auch virale Infektionen der Atemwege und anderer Organe können zu einer Sepsis führen, etwa bei COVID-19 oder Grippe. Infizierte Wunden sind nicht die häufigste Ursache einer Sepsis.



WER IST GEFÄHRDET?

Menschen mit Diabetes sind besonders gefährdet, denn erhöhte Blutzuckerwerte schwächen das Immunsystem und die Durchblutung. Wunden heilen langsamer, Infektionen (z. B. an Füßen, Harnwegen, Lunge) treten häufiger auf oder werden später erkannt. Das Risiko für eine Sepsis steigt deutlich.

Weitere Gruppen, die ein erhöhtes Risiko haben, an einer Sepsis zu erkranken:

- Menschen über 60 Jahre
- Früh- oder Neugeborene und Kinder
- Menschen mit chronischen Erkrankungen, z. B. der Lunge, Leber oder des Herzens
- Menschen mit geschwächtem Immunsystem, z. B. Krebs-, Dialyse- oder AIDS-Patient:innen
- Menschen ohne Milz
- Menschen, denen Impfungen fehlen, z. B. gegen Grippe, Pneumokokken, COVID-19 und Meningokokken

WAS IST SEPSIS?

Sepsis, umgangssprachlich auch „**Blutvergiftung**“ genannt, ist die schwerste Verlaufsform einer Infektion. Sie entsteht, wenn die Immunabwehr des Körpers außer Kontrolle gerät und nicht nur die Krankheitserreger, sondern auch die eigenen Organe angreift. **Unbehandelt ist eine Sepsis immer tödlich!**

Sepsis ist ein **Notfall**. Jede Verzögerung verschlimmert Langzeitfolgen und mindert die Überlebenschancen.

WARUM DU MIT DIABETES BESONDERS GEFÄHRDET BIST

Mit **Diabetes hast du ein deutlich höheres Risiko für schwere Infektionen und Sepsis.** Menschen mit Typ-2-Diabetes erleiden etwa doppelt so häufig eine Sepsis wie vergleichbare Personen ohne Diabetes. Denn dauerhaft erhöhte Blutzuckerwerte können die Abwehr schwächen, Blutgefäße sowie Nerven schädigen und dazu führen, dass Wunden schlechter heilen oder Infektionen zu spät bemerkt werden.

Nimm Infektionen ernst und kenne die Warnzeichen!

Kampagnenbüro #DeutschlandErkenntSepsis

Aktionsbündnis Patientensicherheit e. V.
Alte Jakobstraße 81, 10179 Berlin
info@deutschland-erkennt-sepsis.de

Dieser Flyer entstand in Zusammenarbeit mit **diabinfo.de**, dem nationalen Diabetesinformationsportal.



SEPSIS UND DIABETES

MENSCHEN MIT DIABETES HABEN
EIN ERHÖHTES SEPSIS-RISIKO

diabinfo
Das Diabetesinformationsportal

AKTIONSBÜNDNIS
PATIENTEN-
SICHERHEIT

WORAN ERKENNE ICH EINE SEPSIS?

Eine Sepsis entsteht immer als Folge einer Infektion. Die Anzeichen einer Infektion können unterschiedlich sein. **Fieber** ist das häufigste Zeichen für eine Infektion und für eine Sepsis. **Aber:** Fieber muss nicht bei jeder Sepsis auftreten.



Wird eine Infektion immer schlechter und es liegt zusätzlich eines oder mehrere der folgenden Warnzeichen vor, sind eine Sepsis oder ein anderer lebensbedrohlicher Zustand hochwahrscheinlich:



Ein nie gekanntes Krankheitsgefühl, extreme Schmerzen



Feucht-kalte, bläulich fleckige Haut



Schneller Herzschlag: Puls über 120 pro Minute



Akute Wesensveränderung, Verwirrtheit, Benommenheit



Kurzatmigkeit / Atemnot: mehr als 20 Atemzüge pro Minute



Niedriger Blutdruck: oberer Blutdruckwert unter 100

BEI VERDACHT SOFORT ÄRZTLICHE HILFE RUFEN!

Wähle die **112** (Notruf) oder **116 117** (Ärztlicher Bereitschaftsdienst).

KÖNNTE ES SEPSIS SEIN?
FRAG NACH UND RETTE LEBEN!

DURCH IMPFUNGEN VORBEUGEN

Die Ständige Impfkommission (STIKO) gibt Empfehlungen für Schutzimpfungen ab. Alle zugelassenen Impfstoffe sind vielfältig geprüft, sicher und wirksam. Besonders Menschen mit einem erhöhten Risiko, schwer an einer Infektion zu erkranken, sollten sich impfen lassen. Für ältere Menschen und Menschen mit Diabetes sind die Impfungen gegen Pneumokokken und Grippe besonders wichtig. Menschen mit Diabetes ab 50 Jahren sollten sich auch gegen Gürtelrose impfen lassen.

WICHTIGE EMPFEHLUNGEN FÜR MENSCHEN MIT DIABETES

Bei Infektionen können die Blutzuckerwerte bei Menschen mit Diabetes stark schwanken. Daher ist es wichtig, diese engmaschig zu kontrollieren. Fachleute empfehlen, den Blutzuckerspiegel etwa alle 3 Stunden zu messen. Möglicherweise muss die Dosis der Diabetes-Medikamente in Absprache mit der behandelnden ärztlichen Fachkraft angepasst werden.

Wenn der Blutzuckerwert über **250 mg/dl bzw. 13,9 mmol/l** steigt, ist ein Urintest auf Aceton (Ketonkörper) nötig. Der Körper kann dann gefährlich übersäuern. Es kann zu einer **Ketoazidose**, einer schweren Stoffwechsellage, kommen, die sofort behandelt werden muss. Mögliche Anzeichen können Erbrechen und Bauchschmerzen sowie ein typisch säuerlicher Acetongeruch aus dem Mund sein.



Das nationale Diabetesinformationsportal liefert unabhängige, verständliche und qualitätsgesicherte Informationen zu Vorsorge und Behandlung rund um das Thema Diabetes: diabinfo.de



Wenn du mehr über Risikofaktoren, Prävention und Symptome einer Sepsis erfahren möchtest, besuche: deutschland-erkennt-sepsis.de

WIE KANN MAN SICH SCHÜTZEN?

So kannst du mit Diabetes Infektionen und Sepsis wirksam vorbeugen: mit Impfschutz, guter Blutzuckereinstellung und früher Behandlung von Infektionen.



Impfstatus regelmäßig überprüfen, fehlende Impfungen sofort nachholen



Auf eine gute Blutzuckereinstellung achten, bei Infektionen den Blutzucker regelmäßig kontrollieren und den Behandlungsplan ärztlich abklären



Hygiene im Alltag: Hände waschen, bei Bedarf Mund-Nasen-Schutz tragen; saubere Haut & Material bei Injektionen



Wunden desinfizieren, pflegen und beobachten



Füße täglich kontrollieren & pflegen; kleine Verletzungen sofort versorgen, bei Rötung/Schwellung in die Praxis



Jede Infektion ernst nehmen und konsequent behandeln