

Checkliste: Reisen mit Insulin

- ☐ Insulin bzw. blutzuckersenkende Tabletten (möglichst doppelte Menge)
- ☐ Pens, Ersatzpens, Pen-Nadeln
- ☐ U100-Einwegspritzen (falls Pen ausfällt)
- ☐ Blutzuckermessgerät, Ersatzbatterien und -gerät
- ☐ Blutzuckerteststreifen (doppelte Menge)
- ☐ Stechhilfe, Lanzetten
- ☐ Blutzuckertagebuch
- ☐ Blutdruckmessgerät (falls hoher Blutdruck)
- ☐ Ausreichende BE/KE zur Behandlung einer Unterzuckerung (z.B. Traubenzucker)
- ☐ BE/KE-Nachschlagewerk
- ☐ Kühlbox/Thermobox für das Insulin
- ☐ Wichtige Telefonnummern für den Notfall (z.B. Auslandskrankenversicherung, Arzt)
- ☐ Ärztliche Bescheinigung für den Zoll (mehrsprachig)
- ☐ Diabetikerausweise deutsch/englisch und in der Landessprache
- ☐ Notfallausweis