

# Driving Guidelines and Diabetes (Mga Gabay sa Pagmamaneho at Diabetes)



## Pagmamaneho at Diabetes

Ang mababang antas ng asukal sa dugo (<4.0 mmol) ay:

- Nakakaapekto sa iyong pagmamaneho at pagpapasiya
- Maaaring maging sanhi ng pagkawala ng iyong malay habang nagmamaneho
- Maaaring ma-aksidente ng sasakyan na maaaring makapinsala sa iyo at sa iba.

Ang mga taong may diabetes ay dapat gawin ang **pagsusuring medikal kada 2 taon.**



## Mga Gabay sa Pagmamaneho (Sarili at Komersyal) Para sa mga Taong ginagamot ng Insulin o Umiinom ng mga Gamot na Maaaring Maging Sanhi ng Hypoglycemia:

Ang mga driver na ginagamot ay dapat na:

- Agad suriin ang asukal sa dugo bago magmaneho at sa bawat **4 na oras** na mahabang pagmamaneho.

**4 Hrs**

- Palaging magdala ng pangsuikat ng asukal sa dugo (BG monitor), asukal na mabilis ang bisa at miryenda sa sasakyan na kayang maabot nang mabilis (halimbawa: sa tabi mo).



- Kung ikaw ay nasa panganib ng hypoglycemia (hindi nakakaramdam ng mga mababa, nagkaraoon na ng malubhang hypoglycemia), **suriin ang asukal sa dugo bawat 2 oras**
- HUWAG** magmaneho kapag ang asukal sa dugo ay mas mababa sa 4.0 mmol/L. Kung ang asukal sa dugo ay **mas mababa sa 4 mmol/L**, gamutin nang asukal na mabilis ang bisa . **HUWAG** magmaneho sa loob ng **45 minuto matapos na ang asukal sa dugo ay tumaas nang higit sa 5.0 mmol/l.**
- TUMIGIL** at **GAMUTIN** nang asukal na mabilis ang bisa sa sandaling maghinala na mababa ang asukal sa dugo/o panghihina sa pagmamaneho.
- Kung mangyari ang malubhang hypoglycemia, agad na iwasang magmaneho at agad na **IPAALAM** sa iyong health care provider (na hindi lalampas sa 72 oras).



## Mga Propesyonal na Driver na may Diabetes

- Kailangan ang kompletong pagsusuri ng mata taon-taon.
- Magpapatuloy ang pangangailangan sa mga driver's medical report:
  - sa pagsisimula ng sakit
  - kapag nagbago na ang lagay ng kondisyon, ayon sa kanyang doktor
  - para sa may mga malubha at hindi gumagaling na sakit;
  - kapag ang isa ay nakaranas na ng matinding hypoglycemia o hindi nakakaramdam ng hypoglycemia
  - sa pagpapanibago ng lisensya depende sa edad o klase ng lisensya.

