
Erfahrungsbericht

von

Dr. Stephan Kress

Diabetes Typ 3 c Schulung

14.7. bis 16.7.2017 Fulda

*Wertvolles für den
Alltag für Typ 3 c
Diabetespatienten
in menschlicher
Atmosphäre*

Fulda war ein sehr lohnendes Wochenende für alle Betroffenen und Angehörigen. In angenehmer Umgebung wurde ein Erfahrungsaustausch, Diabetes-Auffrischungsschulung, ärztliche Diabetessprechstunde, Erfahrungen mit kontinuierlichen Flash-Glukose sowie Bewegungserfahrung vermittelt und psychologische Aspekte angesprochen.

*Weniger Stechen,
mehr Überblick über
die Stoffwechsellage,
größere Chancen
Fehler zu entdecken
und mehr
Lebensqualität durch
FGM*

Der Einstieg erfolgte mit der neuen kontinuierlichen Blutzuckermesstechnik der FGM

Dr. Schläger referierte über neue Messtechnik . Interpretation , Handhabung und Möglichkeiten des FGM für den Alltag von Typ 3 c wurde geschult. Anschließend wurden bei jedem Teilnehmer einem FGM- Gerät ausgegeben und ein Sensor appliziert. Alle Teilnehmer verglichen mehrfach ihre Messerfahrungen über das gesamte Wochenende und tauschten ihre Erfahrungen miteinander beim Essen und Bewegung.

Schulung sollte bei jedem Typ 3 c Diabetes am Anfang erfolgen, aber die Realität sieht anders aus

Fehlende Diabetes-Schulung ist ein großes Defizit bei Typ 3 c Diabetes

Eine Diabetesschulung ist eine elementare Grundvoraussetzung für den Typ 3 c Diabetes. Um so erstaunlicher war es, von den Teilnehmern zu erfahren, dass weniger als 50% der Teilnehmer bisher an einer strukturierten Diabetesschulung teilgenommen haben.

Umso wichtiger war es, die Kernthemen des Diabetesselbstmanagements zu vermitteln:

- Hypoglykämie und Ketoazidose beherrschen
- Ernährung bei Typ 3 c und BE's richtig schätzen
- Bewegung und Dosisanpassung von Insulin
- Messtechnik und FGM und cGM
- Insulindosisanpassung

Nahezu alle Teilnehmer hatten bisher noch nie über Ketoazidose gehört. Keiner der Teilnehmer hatte Teststreifen zu Ketonmessung.

Viele Fehler im Diabetesselbstmanagement wurden entdeckt

In der ärztlichen Sprechstunde konnten Fehler entdeckt werden und Tipps für eine Verbesserung der Stoffwechseleinstellung gegeben werden.

Jedem Teilnehmer wurde eine ärztliche Beratung angeboten. In einer individuellen Beratung wurden viele Fehler im Diabetesselbstmanagement entdeckt.

- Fehlender Nadelwechsel
- Fehlender Lancettenwechsel
- Fehlender Spritzortwechsel
- Nicht in Lipodystrophien spritzen
- 24 Basalinsulinversorgung
- zu stramme Korrekturfaktoren
- fehlende BE Berücksichtigung bei der Mahlzeiteninsulindosis
- zuviel gesamt Insulindosis
- Kalkulation der Insulindosis nach BE-Faktoren

Nach einer individuellen Beratung wurde allen Teilnehmern schriftlich Änderungsempfehlungen ihrer Therapie bzw. der Insulintechnik ausgegeben. Die Umsetzung dieser Empfehlung zeigte bereits am folgenden Tag bei einigen im Blutzuckerlauf einen Erfolg.

Bewegung zum Erhalt der Gesundheit

*Die
Bewegungseinheiten
standen unter dem
Motto: dem Tumor
davonlaufen*

Es wurden unter Leitung von Frau Spies drei Bewegungseinheiten (Geh- und Koordinationstraining, Wassergymnastik und ein Spaziergang) angeboten, die allen Teilnehmern Freude gemacht haben. Es konnte der positive blutzuckersenkende Aspekt bei einigen Teilnehmern im Blutzuckerprofil gezeigt werden. Zwei Teilnehmer zeigten einen Blutzuckeranstieg, der auf eine individuell zu große Belastung zurückgeführt werden konnte. Laufen ohne Schnaufen wurde dann als wichtige Regel verstanden. Die Bewegungseinheiten trugen sehr zum Wohlbefinden und zur positiven Gruppendynamik bei.

Psychologische Aspekte der Krankheitsverarbeitung

*Glück ist Alltag minus
Erwartungen*

Jeder Mensch hat eine Vorstellung von „Glück“ im Kopf. Wenn es besser kommt, als man erwartet hat, ist man glücklich. Wenn es schlechter kommt als erwartet, ist man unglücklich. Dr. Borchert machte in seinem Vortrag Mut, den Alltag eines Typ 3 c Diabetes anzunehmen. Er zeigte Wege auf, die eigene Motivation zum Selbstmanagement zu stärken.

Organisation und Unterbringung

*Perfekte Organisation
Verpflegung und
Übernachtung*

Der Garant für diese Veranstaltung war eine perfekte Organisation von Frau und Herrn Stang von der TEB. Die erkrankten Teilnehmer lobten die Unterbringung und konnten am reichhaltigen Essensbuffet immer etwas leckeres finden, das sie aufgrund der Erkrankung auch gut vertragen hatten.

Fazit: Es gibt viele Gründe, diese Veranstaltung zu wiederholen