

## WARUM SCHULUNGEN WICHTIG SIND

Mit mehr als sechs Millionen Betroffenen in Deutschland zählt Diabetes mellitus zu den großen Volkskrankheiten. Insbesondere die Folgeerkrankungen sind verheerend: So führt Diabetes im Jahr zu etwa 2000 Erblindungen, zu 2300 neu dialysepflichtigen Patienten und in 40000 Fällen zu Amputationen von Gliedmaßen wie Zehen oder Füßen.

Um den Folgen von Diabetes vorzubeugen, sollten sich Betroffene ausreichend bewegen, gesund ernähren und darauf achten, dass ihr Blutzuckerspiegel gut eingestellt ist. Das A und O ist dabei gutes „Selbstmanagement“. Denn nur wer selbst aktiv wird, kann seinen Stoffwechsel erfolgreich managen. Diabetesschulungen durch qualifizierte Diabetesberater und -assistenten stärken die Eigenständigkeit der Patienten. Hier lernen sie zum Beispiel, wann sie welche Dosis an Medikamenten einnehmen sollten. Teilnehmer werden auch darin geschult, wie sie mit Krisen umgehen können, und sie erfahren Neues über Diabetes. Die Schulungen sind ein wichtiger Anker der Diabetestherapie, denn sie schaffen mehr Lebensqualität für die Betroffenen und ihre Angehörigen.

## NUTZEN DER SCHULUNG

Diabetesschulungen helfen, das ist auch wissenschaftlich belegt: Nicht nur die Stoffwechsellage der Patienten bessert sich dadurch, von den Lehrgängen profitiert auch ihr Selbstmanagement im Alltag. Auf Dauer wirkt sich das positiv auf den Blutzucker aus und schützt so vor Folgeerkrankungen.

Ein weiteres Plus: Geschulte Patienten fühlen sich einfach besser. Denn die Krankheit belastet sie weniger und sie empfinden höhere Lebensqualität. Nicht zuletzt lernen sie in den Gruppen Gleichgesinnte kennen, die ähnliche Erfahrungen machen.

## SO ERREICHEN SIE UNS

### **diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe**

Bundesgeschäftsstelle  
Albrechtstraße 9  
10117 Berlin

Telefon: 030 201 677-0  
E-Mail: [info@diabetesde.org](mailto:info@diabetesde.org)  
Internet: [www.diabetesde.org](http://www.diabetesde.org)  
[www.deutsche-diabetes-hilfe.de](http://www.deutsche-diabetes-hilfe.de)

## SCHULUNGSKRÄFTE SIND ORGANISIERT IM

### **Verband der Diabetes-Beratungs- und Schulungsberufe in Deutschland e.V. (VDBD)**

Geschäftsstelle  
Habersaathstraße 31  
10115 Berlin

Internet: [www.vdbd.de](http://www.vdbd.de)

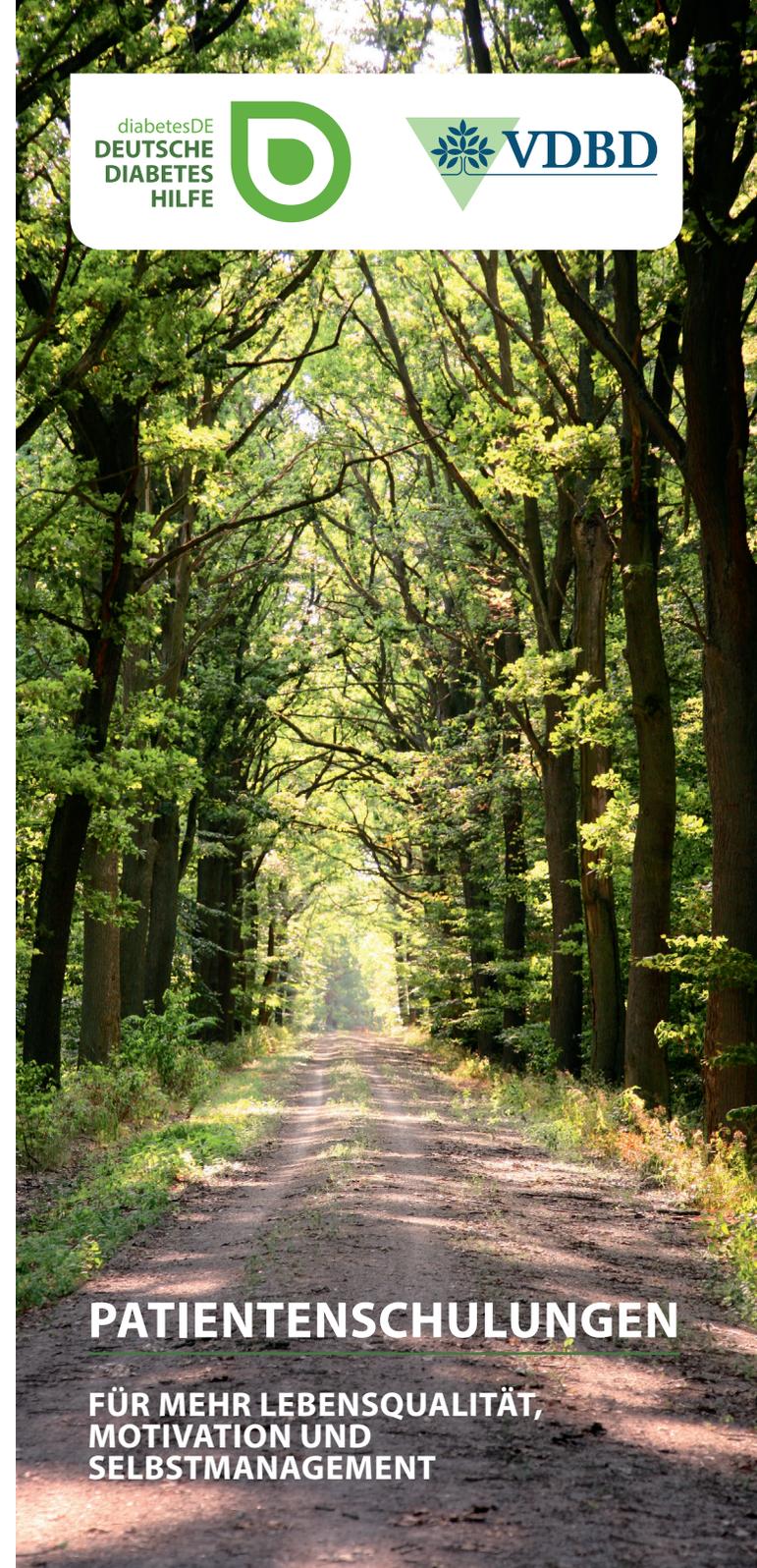
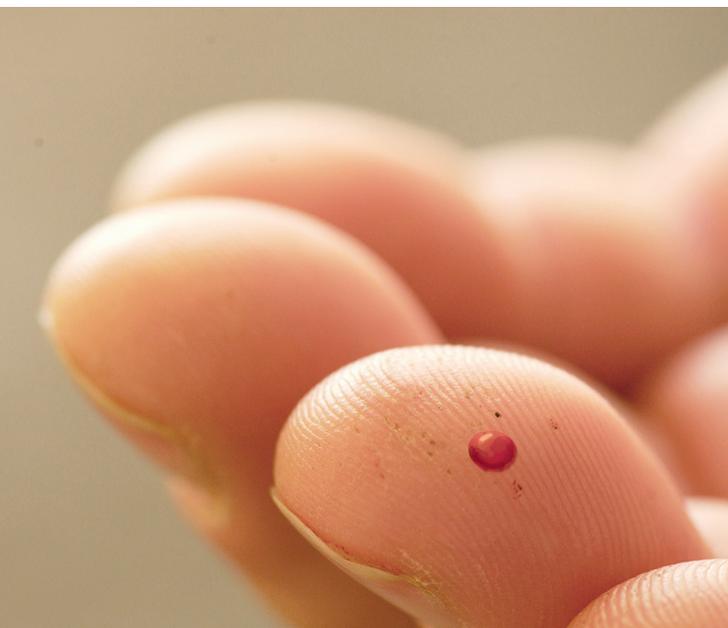
Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung männlicher und weiblicher Sprachformen verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichwohl für beiderlei Geschlecht.

diabetesDE  
DEUTSCHE  
DIABETES  
HILFE



## PATIENTENSCHULUNGEN

FÜR MEHR LEBENSQUALITÄT,  
MOTIVATION UND  
SELBSTMANAGEMENT





## WELCHE SCHULUNGEN GIBT ES?

Das Spektrum an Schulungsprogrammen in Deutschland ist überaus vielfältig. Sowohl für Patientengruppen als auch für einzelne Betroffene oder deren Angehörigen sind die Auswahl und Themenvielfalt groß. Die Angebote reichen von Basic-Programmen über Auffrischkurse bis hin zu problemorientierten Schulungen.

Es gibt Diabetes-Schulungsprogramme für...

- Kinder, Jugendliche oder Erwachsene mit Typ-1-Diabetes
- Menschen mit Typ-2-Diabetes, die Insulin spritzen
- Menschen mit Typ-2-Diabetes, die kein Insulin benötigen
- Patienten mit einem diabetischen Fußsyndrom
- Betroffene, die Unterzuckerungen besser wahrnehmen oder bewältigen möchten
- Geriatrische Patienten
- Interessierte, die mehr Sport und Bewegung in ihren Alltag integrieren wollen
- Menschen mit Diabetes, die Bluthochdruck haben
- Eltern von Typ-1-Kindern

## WAS BIETEN DIABETES-SCHULUNGSPROGRAMME?

In Diabetes-Schulungs- und Behandlungsprogrammen wird rund um das Thema Diabetes informiert. Etwa, was Patienten nach der Diagnose erwartet, wie die Medikamente auf den Organismus wirken und wie und wann der Blutzucker gemessen werden sollte. Darüber hinaus vermitteln Experten, wie etwa Diabetesberater oder -assistenten DDG, Wissen zu spezifischen Themen der Diabetes-Therapie. Zum Beispiel, wie sich Sport auf den Blutzucker auswirkt und wie Betroffene am besten Folgeschäden verhindern können. Die Fachleute geben auch Tipps zu einer dem Diabetes angepassten Ernährung oder zu rechtlichen Aspekten. Individuelle Fragen der Teilnehmer beantworten die Kursleiter direkt im Gespräch.

**„Schulung und Beratung sind wichtiger Bestandteil einer erfolgreichen Therapie. Dadurch verbessern sich sowohl Stoffwechseleinstellung als auch Lebensqualität.“**

Diana Droßel, Typ-1-Diabetikerin und Diabetesberaterin

## FÜR WEN KOMMEN SCHULUNGEN IN FRAGE?

1. Für Patienten ist die Teilnahme an Diabetes-Schulungsprogrammen ein unverzichtbares Element der Therapie. Dort können sie sich hinsichtlich der verschiedenen Behandlungswege und zur Stärkung des Selbstmanagements weiterbilden.
2. Ob Familienmitglied oder ein guter Freund: Für wichtige Bezugspersonen des Patienten ist eine Schulung ebenfalls zu empfehlen. Denn dort erhalten sie Informationen rund um das Thema Diabetes und lernen auch, wie sie Betroffene unterstützen können.

## WORAN ERKENNE ICH GUTE SCHULUNGEN?

Gute, qualitätsgesicherte Diabetesschulungen zeichnen sich durch strukturierte Inhalte und speziell ausgebildete Fachleute aus, die den Teilnehmern praxisorientiert und nachvollziehbar Wissen vermitteln. Darüber hinaus sollten sie verständliche und anschauliche Unterlagen für die Teilnehmer bieten, in denen wichtige Inhalte des Lehrgangs erklärt sind. Die Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG) zertifiziert und das Bundesversicherungsamt (BVA) akkreditiert Schulungsprogramme. Darüber hinaus kann das Gütesiegel des VDBD erworben werden.

## WER ÜBERNIMMT DIE KOSTEN EINER SCHULUNG?

Die gesetzlichen Krankenkassen tragen in der Regel die Kosten für eine Diabetesschulung. Im Zweifel lohnt sich jedoch ein Anruf bei der eigenen Krankenkasse. Dort erhalten Interessierte für sie wichtige Informationen, etwa welche Kurse genau vergütet werden. Wenn Betroffene an Disease-Management-Programmen (DMP) teilnehmen, haben sie sogar einen gesetzlich verbrieften Anspruch auf eine Diabetesschulung, die von der Krankenkasse bezahlt wird.