

Diabetes-Schulungen am Vinzentius-Krankenhaus Landau

Warum ist eine Diabetesschulung so wichtig ?

Um gut mit Diabetes leben zu können, muss man die Stoffwechselstörung kennen. Nur wer über Wissen verfügt und gewisse Fertigkeiten beherrscht, wird mit dem Diabetes im Alltag und auch bei Problemsituationen zurechtkommen. Durch Schulungsmaßnahmen und Ihre Therapieeinstellung sollen Sie in die Lage versetzt werden, die für Sie richtigen Entscheidungen und Schlüsse zu ziehen, damit Sie das Leben mit dem Diabetes bewusst gestalten können.

Wie ist der Schulungsablauf?

In einer Gruppe von 8-9 Betroffenen werden täglich mehrere Unterrichtseinheiten angeboten. Gemeinsam macht das Lernen mehr Spaß. Die Teilnehmer können viele wichtige Fragen im Gespräch klären und sich gegenseitig helfen.

Angehörige als Begleitung sind willkommen. Das Mittagessen wird gemeinsam eingenommen. Die Teilnehmer haben die Möglichkeit, sich ihr Essen aus einem Ernährungsbuffet individuell zusammenzustellen. Dabei erfolgt eine Ernährungsberatung durch geschulte Fachkräfte.

Die Besprechungen des Blutzuckerverlaufes und der richtigen Insulindosen erfolgt in Einzel- und Gruppengesprächen. Neben der Gruppenschulung stehen die Teammitglieder bei Problemen auch für Einzelgespräche zur Verfügung. Zweimal in der Woche wird das Verhalten Ihres Blutzuckers während der Bewegungs- und Gymnastikstunde überprüft. Es spielt keine Rolle, ob Sie mit einer Diät, Tabletten oder Insulin behandelt werden: In unserer Schulung wird jede Behandlungsform berücksichtigt.

Welche Ziele werden durch die Schulung verfolgt ?

Ziel einer guten Diabetes-Schulung ist es, die Patienten über die Diabeteserkrankung zu informieren und mit ihnen gemeinsam ihren persönlichen Weg einer erfolgreichen Diabetesbehandlung zu finden. Dies ist die Grundlage, damit der Betroffene wieder Lebensqualität gewinnt, seine Eigenverantwortung sieht und sein Selbstmanagement gestärkt wird. Zentrale Schulungsinhalte sind gesunde Ernährung, Bewegung und eine Gewichtsabnahme sowie die Tabletten- und Insulinbehandlung.

Deshalb wird in unserer Schulung ein hoher Stellenwert dem Erlernen von praktischen Fertigkeiten zugemessen, um seinen Alltag zu meistern. Dazu gehören:

- 1) Blutzucker richtig messen
- 2) Insulin richtig spritzen
- 3) Richtige Nahrungsmittelauswahl
 - a. Erkennen von Kohlehydraten in der Nahrung
 - b. Erkennen von fettreichen und fettarmen Nahrungsmitteln
- 4) Richtige Fußpflege
- 5) Blutzuckerverhalten bei Bewegung

Jeder Patient bekommt während der Schulung einen Gesundheitspass. Dieser Pass schreibt eine quartalsweise Untersuchung durch den betreuenden Arzt vor. Die Untersuchungsergebnisse werden in den Pass eingetragen. Der geschulte Diabetiker kann so erkennen, in welchen Bereichen er zusammen mit seinem Hausarzt sich verbessern muss, um weiterhin vor Schäden geschützt zu bleiben.