

## Spezielle Diabetologie

„Was hat Doktor Zook gesagt?

Er sagte, ich muss aufhören, zuviel zu trinken, zuviel zu essen und zu spät nach Hause zu kommen.

Er sagte, ein Mann meines Alters muss alte Gewohnheiten aufgeben.

Er hat Recht ...

Morgen suche ich mir einen anderen Arzt.“

(von Chris Browne)

Ängste und Sorgen In diesem humorigen Monolog steckt – unausgesprochen - eine tiefe Sorge versteckt:

Die Diagnose einer chronischen Erkrankung wie Diabetes mellitus löst bei vielen Betroffenen zunächst Ängste und Verstimmungen aus.

Die persönliche Freiheit und Unversehrtheit scheint bedroht und es drängen sich Fragen auf:

- Was geschieht mit mir?
- Worauf muß ich verzichten?
- Werde ich jetzt ernsthaft krank?

Einladung Viele sind bei Diagnosestellung verunsichert und fühlen sich hilflos.

Manche fürchten, das Schicksal eines ebenfalls betroffenen Angehörigen zu erleiden.

Andere finden kaum Zeit, weil der Beruf oder die Pflege eines Angehörigen oder andere Gründe es eigentlich kaum zulassen, sich mit der neuen Situation auseinander zu setzen.

Manchmal haben sich Probleme eingeschlichen, die kaum lösbar erscheinen.

Wieder andere sind auf gutem Weg und brauchen nur ein paar spezielle Informationen oder nur die Bestätigung, dass sie alles richtig machen.

Wir achten auf Ihre persönliche Situation, Ihre Vorstellungen, Ihre Fähigkeiten und Ihre persönliche Bereitschaft.

Wir werden Ihnen aufmerksam zuhören und Ihre Vorstellungen, Probleme und eigenen Gedanken mit Ihnen erörtern.

Wahlfreiheit Sie erhalten dann die notwendigen Informationen und können anhand dieser Informationen und sehr konkreter Vereinbarungen selbst entscheiden, ob Sie für ein Problem eine neue Lösung ausprobieren wollen, wenn dies

sinnvoll erscheint.

## Dokumentation

In unserer hausärztlichen diabetologischen Begleitung bekommen Sie bei komplexeren Gesprächen ein kurzes Protokoll über die wichtigsten getroffenen Vereinbarungen oder einen Kurzbrief mit.

Ursachen des Diabetes Für das hohe Lebensalter haben wir einen Preis zu zahlen:

Unsere Organe altern – je nach genetischer Veranlagung und Lebensstil – unterschiedlich schnell.

Dann stehen wir unausweichlich vor der Frage:

Löst der hohe Blutzucker im Körper eine Reihe von Folgeerkrankungen aus oder gelingt es frühzeitig, den Schaden abzuwenden?

Auch Typ 1 Diabetiker haben einen hohen Preis gezahlt:

Unser Immunsystem ist derart kompliziert, dass es – je nach genetischer Veranlagung und z. T. unbekanntem Auslösern – Teile unseres eigenen Körpers angreift.

Ohne funktionierende Insulinproduktion lernen Betroffene, die komplexe Funktion der Zuckersteuerung selbst zu übernehmen.

Schulungen Niemand erwartet, dass jemand ohne den Besuch der Fahrschule mit dem Auto losfahren kann und soll.

Ebenso schwierig ist der Versuch, sich ohne Schulung mit dem Diabetes im eigenen Leben zurecht zu finden.

Sie erhalten die unbedingt notwendigen Informationen zur Erkrankung, haben reichlich Gelegenheit zum Fragen und Üben und können in angenehmer Atmosphäre Ihre Erfahrungen in einer Kleingruppe untereinander austauschen.

Neben Schulungen zu anderen chronischen Erkrankungen bieten wir in unserer Praxis folgende auf Diabetes bezogene Schulungen und Beratungen an:

- Diabetes mellitus Typ 2 ohne Insulin (Kleingruppe)
- Diabetes mellitus Typ 2 mit Insulin (Kleingruppe)
- Gestationsdiabetes (Einzelschulung nach Absprache)
- Einzelberatung von Patienten mit Typ 1 Diabetes

(Weitere Informationen zu unseren Schulungen)

Chronikerprogramme der Krankenkassen Bei gesetzlich Versicherten ist die Teilnahme am DMP ("Disease Management Programm" der Krankenkassen) Voraussetzung für Schulungen im Bereich Diabetes.

Eine Aufgabe dieser Programme ist, wichtige Befunde regelmäßig im Auge zu behalten, damit sich nicht unbemerkt schwerwiegende Folgeerkrankungen entwickeln.

Ziel ist also, dass Sie sich trotz Diabetes gesund fühlen und so leistungsfähig bleiben, wie Sie es sich wünschen!

Dafür bekommen Sie von uns den Gesundheitspass der Deutschen Diabetesgesellschaft.

Alle wichtigen Befunde finden darin übersichtlich Platz.

Sie behalten den Überblick über die Einzelbefunde und Abweichungen davon bleiben nicht unbemerkt.

Damit beginnt eine unserer wichtigsten Aufgaben:

Die langfristige Begleitung beim Selbstmanagement.

Hilfe zur Selbsthilfe (Selbstmanagement) Sorgsame und systematische Auswertungen meiner Patientengespräche haben gezeigt, dass einige Probleme bei vielen Betroffenen auftreten.

Ein Beispiel:

Beim Typ 1 Diabetes können bedrohliche unsystematische Blutzuckerschwankungen auftreten, deren Ursachen schwer zu finden sind.

In diesem Fall sind uns über 80 mögliche Gründe bekannt, die sich mit Hilfe einer Checkliste im gemeinsamen Gespräch rasch erörtern und eingrenzen lassen.

Für Dutzende vergleichbarer Probleme haben wir ein System von Checklisten und Dokumentationshilfen im Gebrauch.

Sollten wir mit Ihnen auf eines dieser häufigen Probleme bei der Diabetesbehandlung treffen, so gelingt es meist, das Problem rasch zu lösen.

Allgemeines wissenschaftliches Interesse Diese Materialien erweckten großes Fachinteresse.

Im Jahr 2000 und 2001 konnte ich die Ergebnisse auf Einladung von Frau Dr. Thea Schirop (Charité) gemeinsam mit Frau Dr. Nicola Haller vorstellen:

Im Jahr 2002 war mit Fr. Dr. N. Haller auf Anregung von Herrn Dr. Kai Bühling (Akademos Verlag Berlin) eine Buchpublikation geplant.

Diese muss aber mit Blick auf die Belange der Praxis vorerst zurückstehen.