

## **Inhalte unserer Diabetesschulung**

### **Medizinische Klinik, Krankenhaus Holweide**

#### **Montag**

**13.00 – 16.15 Uhr**

- Begrüßungsrunde
- Diabetes was ist das?
- Diagnose
- Typ1 + Typ 2 (Pathogenese)
- Normwerte:Blutzucker / HbA1c
- Warum ist eine Therapie notwendig?
- Was ist für Sie wichtig?
- Therapieformen / Bewegung / Diät / Medikamente / Insulin
- Typ 2 Diabetes / Metabolisches Syndrom
- Hyper- / Hypoglycämie und Massnahmen

#### **Dienstag**

**13.00 – 16.15 Uhr**

- Fußuntersuchung (Stimmgabel, Monofilament)
- Fußinspektion, Fußpflege (geeignete und ungeeignete Utensilien)
- Verhalten im Alltag (Schuhkauf, Ferien, Schwimmbad, etc.)
- Blutzucker-Messung / Messgeräte (Handhabung, Fehlerquellen, Messfrequenzen)
- Insulinpens (Handhabung, Fehlerquellen)
- Insuline und Orale Antidiabetika (Welche gibt es? Wirkeintritt, Wirkhöhepunkte, max. Wirkung, Lagerung, etc.)
- Blutzuckertagebuch / Diabetespass
- Verhalten im Urlaub, im Alltag, bei Belastungen, Krankheit, Restaurantbesuch, etc.
- Diabetes und Beruf, Schwerbehindertengesetz (SchwbG)
- Diabetes und Straßenverkehr
- Allgemeine Fragen

#### **Mittwoch**

**13.00 – 15.00 Uhr**

- Beratung durch die Diätassistentin zu Ernährungsformen Teil 1

#### **Donnerstag**

**13.00 – 15.00 Uhr**

- Hypertonie (Was ist das? Ursachen)
- Normwert Blutdruck (RR)
- Blutdruckmessgeräte (Oberarm / Handgelenk)
- Technik der Blutdruckselbstmessung / Dokumentation RR-Pass
- Mögliche Folgeerkrankungen: Augen, Füße, Diabetisches Fußsyndrom (DFS), Gefäße, Verschlusskrankheiten (pAVK), Niere, Herz, Gehirn, Metabolisches Syndrom
- Kontrolluntersuchen / Diabetespass

#### **Freitag**

**13.00 – 16.15 Uhr**

- Ernährungsberatung durch die Diätassistentin Teil 2
- Feedbackrunde / Aushändigen der Teilnahmebescheinigungen