

▶ Diabetes und Schulung

▶ WORAN ERKENNE ICH EINE GUTE PATIENTENSCHULUNG?

Bei einer guten Schulung stehen die praktischen Fertigkeiten im Vordergrund. Das Schulungspersonal, das Sie betreut, ist dafür eigens ausgebildet und zertifiziert. Die Gruppengröße sollte dabei auf etwa acht Teilnehmer beschränkt sein. Gute Schulungsprogramme sind durch das Bundesversicherungsamt (BVA) und die Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG) zertifiziert. Mehr dazu in der Nationalen VersorgungsLeitlinie (siehe Kasten).

▶ WARUM SICH DER BESUCH LOHNT

Der Arzt kann Sie untersuchen und mit Ihnen eine geeignete Behandlung planen. Aber die Hauptarbeit machen Sie im Alltag selbst: Medikamente regelmäßig und in der richtigen Dosierung anwenden sowie auf Ernährung und Bewegung achten. Das heißt, der Verlauf Ihrer Erkrankung hängt stark von Ihnen ab. Eine Schulung kann Sie dabei wesentlich unterstützen.

Vielleicht haben Sie Vorbehalte gegen eine Teilnahme? Ein guter Berater nimmt Sie, Ihre Lebensumstände und Bedürfnisse ernst. Und niemand bewertet oder beurteilt Ihr Verhalten. Diabetes-Experten sind sich einig: Durch eine Schulung erweitern Sie Ihr Wissen und Ihre praktischen Fertigkeiten. So können Sie zum Erfolg der Behandlung beitragen. Dies wirkt sich langfristig auf Ihren Blutzucker und Blutdruck aus. Viele Diabetiker können nach der Teilnahme ihren Alltag besser bewältigen.

▶ MEHR INFORMATIONEN

Diese Patienteninformation beruht auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und fasst die wichtigsten Punkte der Nationalen VersorgungsLeitlinie „Diabetes – Strukturierte Schulungsprogramme“ zusammen. Auch Empfehlungen für Patienten von Patienten sind darin berücksichtigt.

Nationale VersorgungsLeitlinien

Nationale VersorgungsLeitlinien werden durch Experten aus verschiedenen medizinischen Fachgesellschaften erstellt. Die Namen dieser Experten sowie die wissenschaftlichen Quellen, die den Empfehlungen zugrunde liegen, können unter www.diabetes.versorgungsleitlinien.de eingesehen werden.

Alle benutzten Quellen finden Sie hier:

<http://www.patienten-information.de/kurzinformation-fuer-patienten/diabetes-schulung/quellen>

Weitere Informationsblätter zum Thema „Diabetes“ stehen unter: www.patinfo.org

Kontakt Selbsthilfe

Wo Sie eine Selbsthilfeorganisation in Ihrer Nähe finden, erfahren Sie bei der NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen): www.nakos.de, Tel.: 030 3101 8960

DOI: 10.6101/AZQ/000130

Verantwortlich für den Inhalt:

Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)

Im Auftrag von: Kassenärztlicher Bundesvereinigung (KBV)

und Bundesärztekammer (BÄK)

Telefon: 030 4005-2500 • Telefax: 030 4005-2555

E-Mail/Ansprechpartner: mail@patinfo.org

www.patinfo.org

www.aeqz.de



▶ WAS SIE SELBST TUN KÖNNEN

- Fragen Sie Ihren Arzt nach einer Patientenschulung.
- Schreiben Sie sich zu Hause Fragen auf, die Sie in der Schulung stellen möchten.
- Vereinbaren Sie gemeinsam mit dem Arzt Ihre persönlichen Behandlungsziele. In der Schulung können Sie mit Fachleuten und anderen Betroffenen einen Weg finden, Ihre Ziele umzusetzen.
- Fragen Sie ruhig nach, wenn Sie etwas nicht verstanden haben und es nochmal gezeigt werden soll.
- Niemand kann sich alles merken, was während einer Schulung besprochen wird. Machen Sie sich Notizen und fragen Sie nach dem Schulungsbuch sowie weiteren Arbeitsmaterialien.
- Tauschen Sie sich mit den anderen Teilnehmern der Schulung aus. Sie haben möglicherweise ähnliche Erfahrungen gemacht und können Ihnen Tipps geben. Auch Selbsthilfegruppen sind für manche eine gute Anlaufstelle. In solchen Gruppen können Sie Kontakte zu anderen Betroffenen knüpfen.
- Wenn Ihre erste Diabetes-Schulung schon länger zurückliegt, nehmen Sie erneut daran teil. Im Verlauf des Diabetes treten oft Probleme und neue Fragen auf.

Mit freundlicher Empfehlung



**Internistische
Gesundheitspraxis**

Hochstr. 2c, 64385 Reichelsheim
Tel: 06164 – 32 56 Fax: – 55 272