

## Was ist Diabetes mellitus?

Die Wörter Diabetes mellitus bedeuten vermehrte Ausscheidung von zuckerhaltigem Urin – wörtlich: „honigsüßer Durchfluss“. Diabetes mellitus, bekannt als Zuckerkrankheit, ist eine chronische Stoffwechselerkrankung, gekennzeichnet durch dauernde Erhöhung der Blutzuckerkonzentration. Der erhöhte Blutzuckerspiegel kann durch Insulinmangel und/oder durch die verminderte Wirksamkeit des vorhandenen Insulins (= Insulinresistenz) verursacht werden.

## Folgeerkrankungen

Folgeerkrankungen sind die Folge ständiger oder wiederkehrender hoher Blutzuckerwerte. Diese Spätkomplikationen bedeuten Veränderungen an den Blutgefäßen und Nerven. Sie treten nicht zwangsläufig auf und können heutzutage durch eine gute ärztliche Therapie, die kompetente Begleitung durch Diabetesberater, sowie Ihre aktive Mitarbeit weitgehend vermieden werden.

### Wodurch können Spätkomplikationen auftreten?

- ... hoher Blutdruck
- ... Übergewicht
- ... Bewegungsmangel
- ... erhöhte Blutfette (Cholesterin und Triglyceride)
- ... Rauchen
- ... Blutgerinnungsstörungen etc.

### Welche Folgeerkrankungen gibt es?

Allgemein kann gesagt werden, dass sowohl die großen und kleinen Gefäße (Makro- und Mikroangiopathie) als auch das Nervensystem (Neuropathie) geschädigt werden können. Gefährdete Organe/Körperteile sind dabei das Herz, das Gehirn, die Beine, die Augen, die Nieren und die Nerven.



# DIABETES IM GRIFF



Mit „Therapie Aktiv – Diabetes im Griff“ wurde ein Behandlungsprogramm für Patientinnen und Patienten mit Diabetes mellitus Typ 2 ins Leben gerufen.

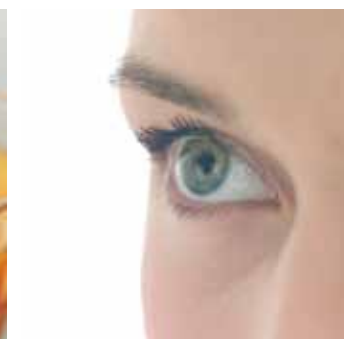
**Hotline: +43 1 601 22-3800**  
**E-Mail: [therapie-aktiv@wgkk.sozvers.at](mailto:therapie-aktiv@wgkk.sozvers.at)**  
**Web: <http://diabetes.therapie-aktiv.at>**



IMPRESSUM:  
Verantwortlich für den Inhalt: STGKK & WGKK

4. Auflage 2011

## Information für Typ-2-Diabetikerinnen und Diabetiker



# WAS IST „THERAPIE AKTIV – DIABETES IM GRIFF“?

Mit „Therapie Aktiv – Diabetes im Griff“ wurde ein Langzeitbetreuungsprogramm für Personen mit Diabetes mellitus Typ 2 (umgangssprachlich Zuckerkrankheit) ins Leben gerufen. Es soll Typ-2-Diabetikerinnen und Diabetikern eine intensivere Betreuung durch die Ärztin/den Arzt als auch mehr Wissen über die Krankheit verschaffen.

## Ihr Nutzen als Diabetikerinnen/ Diabetiker

Den Schwerpunkt von „Therapie Aktiv“ bildet die individuelle und umfassende Betreuung durch Ihre/n Ärztin/Arzt. Gemeinsam mit ihr/ihm legen Sie sinnvolle und erreichbare Ziele fest. Diese werden bei den regelmäßigen Untersuchungen geprüft, verändert und aktualisiert. Sie haben weiters die Möglichkeit an entsprechenden Schulungsprogrammen teilzunehmen. Durch Ihre aktive Teilnahme am Programm wird Ihre Behandlung optimiert, Sie werden gut informiert sowie umfassend beraten.

Eine gesteigerte Lebensqualität und ein Zugewinn an Lebensjahren sind zu erwarten. Auch die krankheitsbedingten Komplikationen werden reduziert.

### GENERELLE ZIELE SIND:

- ... Erreichung einer optimalen Blutzuckereinstellung
- ... Vermeidung oder Verzögerung von Folgeschäden: Erblindung, Nierenversagen, Nervenschädigungen, diabetisches Fußsyndrom etc.
- ... Vermeidung von Nebenwirkungen der Therapie (zB Unterzuckerung)
- ... Motivation zur aktiven und eigenverantwortlichen Mitarbeit

## Voraussetzungen zur Teilnahme an „Therapie Aktiv“

- ... Ihre Zuckerkrankheit wurde eindeutig diagnostiziert.
- ... Sie sind bereit, aktiv am Programm mitzuwirken.
- ... Sie unterzeichnen die Teilnahme- und Einwilligungserklärung, die Ihr/e Ärztin-Arzt für Sie bereithält.

## Kontinuierliche Betreuung

Im Programm sind regelmäßige Arztbesuche und die dazugehörige Dokumentation (mindestens ein Mal pro Jahr) vorgesehen, um die Behandlungsstrategien genau anzupassen. Die kontinuierliche Betreuung bei einer/einem „Therapie Aktiv“-Ärztin-Arzt ermöglicht eine langzeitige an die Bedürfnisse und Symptome der Patientin/ des Patienten angepasste Therapie.



## Diabetesschulungen

In der Diabetikerschulung, die als Gruppenschulung erfolgt, erarbeiten Ärztin/Arzt und Diabetesberaterin/Diabetesberater gemeinsam mit allen Teilnehmern, wie jede/r Einzelne mit ihrer/seiner Erkrankung im täglichen Leben besser umgehen kann. Sie erfahren dabei Wissenswertes über Diabetes, Ernährung, Bewegung, Möglichkeiten der Selbstkontrolle usw.



- ... Kann ich noch zum geliebten Kegelabend gehen?
- ... Hat Butter oder Margarine mehr Kalorien?
- ... Was ist ein HbA<sub>1c</sub>-Wert?
- ... Wieso untersucht mein/e Hausärztin/-arzt meine Füße mit einer Stimmgabel?
- ... Warum soll ich immer Traubenzucker eingesteckt haben?
- ... Wie spritzt man Insulin?
- ... Gibt es dafür einfache Geräte?
- ... Wie viel Insulin brauche ich für mein Stück Geburtstagstorte?