

## Problemspezifische Schulungs- und Behandlungsgruppe für insulinpflichtige Patienten (zumeist Typ-1-Diabetes) mit Hypoglykämieproblemen

Hypoglykämien sind eine kaum vermeidbare Nebenwirkung einer Diabetesbehandlung mit Insulin, wenn eine gute Blutzuckereinstellung angestrebt wird. Probleme mit Unterzuckerungen entstehen vor allem dann, wenn die Anzeichen einer Unterzuckerung nicht mehr zuverlässig erkannt werden oder ganz ausbleiben. Fachleute sprechen dann von „Hypoglykämiewahrnehmungsproblemen“. Nach längerer Diabetesdauer ist ca. jeder 4. Typ 1-Diabetiker davon betroffen. Aber auch das wiederholte Auftreten von schweren Unterzuckerungen oder Hypoglykämien in gefährlichen Situationen (z. B. im Straßenverkehr) kann zu erheblichen Schwierigkeiten im Alltag führen und eine Bedrohung darstellen. Die spezielle Gruppe für Patienten mit Hypoglykämieproblemen richtet sich an alle insulinpflichtigen Diabetiker, bei denen Hypoglykämien ein zentrales Problem der Diabetesbehandlung darstellt. Wenn ausgeprägte Hypoglykämie-Ängste bestehen, ist eine Anmeldung für die Hypoglykämie-Angst-Bewältigungsgruppe vorzuziehen.

### TEILNEHMER:

**Insulinpflichtige Patienten (meist Patienten mit Typ-1-Diabetes) mit erhöhtem Risiko für schwere Unterzuckerungen** aufgrund

- wiederkehrender schwerer Hypoglykämien mit erforderlicher Fremdhilfe
- gestörter Hypoglykämiewahrnehmung
- Schwierigkeiten bei drohenden Hypoglykämien Symptome rechtzeitig zu entdecken und entsprechend richtig zu behandeln
- Probleme, veränderte Hypoglykämiewarnzeichen wahrzunehmen
- Probleme im Umgang mit Hypoglykämien mit Auswirkungen auf verschiedene Lebensbereiche wie Privatleben, Beruf, Teilnahme am Straßenverkehr

### ZIELE:

Das übergeordnete Ziel dieses Gruppenprogramms ist die **Verbesserung der Hypoglykämiewahrnehmung, der Reduktion der Anzahl schwerer Hypoglykämien und ein verbesserter Umgang mit Unterzuckerungen**. Die persönlichen Behandlungsziele werden in einer individuellen Zielklärung gemeinsam mit dem Patienten festgelegt. Zu nennen sind hierbei:

- Verbesserung der Hypoglykämiewahrnehmung
- Verringerung der Hypoglykämie-Frequenz im Alltag
- Optimierung des Umgangs mit Hypoglykämien
- Reflexion der persönlichen Einstellungen bezüglich der angestrebten Blutzuckerzielbereiche
- Entwickeln eines individuellen Insulinprogramms, das den persönlichen Bedürfnissen und Alltagsgegebenheiten entspricht

### INHALT:

- Grundlegende Informationen über Hypoglykämien (körperliche Abläufe, Gefährlichkeit etc.)
- Strukturiertes Hypoglykämiewahrnehmungstraining
- Reflexion des Umgangs mit Hypoglykämien (z. B. „Was sind gute Blutzuckerwerte?“, „Angst vor Folgeschäden“, „Hypo und Partnerschaft“, „Hypos in der Öffentlichkeit“)
- tägliche „Hypo-Runde“ zur gemeinsamen Analyse aufgetretener Unterzuckerungen
- Sportanpassung zum Ermitteln und Trainieren eines selbständigen, flexiblen Umgangs mit der Insulintherapie mit möglichst wenig Hypoglykämien
- nach Bedarf: ergänzende Teilnahme an spezifischen Schulungsveranstaltungen der Diabetes-Klinik
- bei Bedarf: „Hypoglykämie-Provokation“ (experimentell induzierte Hypoglykämie)
- bei Bedarf: psychologische Einzeltherapie

### SETTING:

Stationäre Behandlung innerhalb einer **Gruppe von 5-10 Patienten mit Hypoglykämieproblemen** in der Diabetes-Klinik. Die Teilnehmer werden **kontinuierlich von einem Arzt und einem Psychologen betreut** und gemeinsam auf einer Station untergebracht. **Dauer des stationären Aufenthaltes der Gruppe: 12 Tage.**

### ANMELDUNG:

Bitte mit gesonderten Anmeldeunterlagen (Voranmeldung + Checkliste) im zuständigen Sekretariat: Frau Irina Sehl; Diabetes Zentrum Mergentheim, Theodor-Klotzbücher-Straße 12, 97980 Bad Mergentheim, Fax: 07931 594-89-517.

Sie finden die Anmeldeunterlagen unter Diabetes-Klinik → Downloads