



**Tätärätää!!!!!!!**

**Tusch! Luftschlangen! Konfetti!**

Liebe Leser,

das sind nicht die Nachwehen vom Karneval, sondern: Dies ist die 100. Ausgabe des DiabetesNetzwerk-Newsletters!

Wer hätte im November 2009 gedacht, dass wir 100 Ausgaben schaffen?

Der richtige Zeitpunkt, einmal allen Beteiligten Dank zu sagen. Von Anfang an hat sich Frau Müller des Newsletters angenommen und viel Zeit und Nerven eingebracht, damit er immer pünktlich erscheinen konnte. Prof. Schwarz und das Tumaini-Institut waren ab der ersten Ausgabe dabei und natürlich war auch der Diabetiker Bund immer mit im Boot.

Dank gilt aber auch Ihnen, unseren treuen Lesern. Was wären wir ohne Sie und ohne Ihre Rückmeldungen und Fragen?

Inzwischen sind wir dabei, das Diabetes-Netzwerk und den Newsletter zu überarbeiten, denn ab dem 25. Mai 2018 tritt die neue DSGVO (Datenschutz-Grundverordnung) in Kraft. Für uns heißt das, dass die Verschlüsselungswege und die Absicherung anders werden müssen. Für Sie wird das bedeuten, dass Sie sich zu gegebener Zeit neu zum Newsletter anmelden müssen, wenn Sie ihn weiter erhalten möchten. Mit der neuen Anmeldung stimmen Sie dann der Datenverarbeitung entsprechend der neuen Richtlinie zu. Darüber werden wir Sie in den nächsten Ausgaben noch ausführlich informieren. Die letzte „alte“ Ausgabe des Newsletters wird am 14. Mai verschickt, ab Juni können Sie den Newsletter nur noch nach den neuen Richtlinien erhalten.

Heute jedoch wollen wir feiern, Sie für 100 Ausgaben treues Newsletter lesen, uns für das 100-fache Aufbereiten von hoffentlich immer spannenden Themen und interessanten Neuigkeiten. Und da Sie jetzt die 100. Ausgabe auf dem Bildschirm haben, sind wir schon dabei, uns um die Nummer 101 zu kümmern.

Herzliche Grüße  
Matthias Böhmer

## Diabetes Typ 1 stellt Kinder und ihre Familien vor Herausforderung – Technische Innovationen und Schulungen können unterstützen

Diabetes mellitus ist in Deutschland die häufigste Stoffwechselerkrankung im Kindes- und Jugendalter. Die Zunahme von Diabetes Typ 1 vor allem bei jüngeren Kindern hat sich in den letzten Jahren beschleunigt.

„Die Eltern der kleinen Patienten sind mit der Diagnose Diabetes am Anfang oft überfordert“, sagt Professor Dr. med. Thomas Danne, ehemaliger Vorstandsvorsitzender von diabetesDE und Chefarzt des Kinderkrankenhauses „Auf der Bult“ in Hannover. „Gerade kleine Kinder verstehen noch nicht, weshalb sie mehrmals täglich Insulin spritzen und Blutzucker messen lassen müssen. Außerdem ist für sie beides in der Anfangszeit mit ungewohnten schmerzhaften Piksen verbunden.“ Daher ist die Therapie gerade zu Beginn oft schwierig. Zudem müssen Eltern genau darauf achten, wie viel sich ihr Kind bewegt und die Kohlenhydratmenge jeder Mahlzeit berechnen. Für Eltern ist es oft nicht einfach zu vermitteln, dass regelmäßiges Essen wichtig ist, Naschereien zwischendurch jedoch wohl dosiert sein müssen. Technische Innovationen wie Insulinpumpen können den jungen Patienten und ihren Familien den Umgang mit der Erkrankung erleichtern. Mittlerweile haben mehr als 5000 Kinder und Jugendliche in Deutschland eine Insulinpumpe. „Das kleine Gerät ahmt die Arbeitsweise einer gesunden Bauchspeicheldrüse nach“, erklärt Danne. Die Insulinpumpe gibt das benötigte Insulin über einen Katheter direkt in den Körper ab und hilft, Über- und Unterzuckerungen zu vermeiden. „Vor allem für kleinere Kinder mit geringem Insulinbedarf eignet sich die Pumpe gut, da sie sehr fein dosiert“, so Danne. „Zudem entfällt die Assoziation, dass Essen immer mit einem Piks verbunden ist“, ergänzt der Experte.

Ist der Diabetes nach einigen Anfangsschwierigkeiten ins Familienleben integriert, tauchen in Kindergarten oder Schule weitere Hürden auf: Erzieher und Lehrer sind verunsichert und schrecken mitunter vor der Betreuung von Kindern

mit Diabetes Typ 1 zurück. Oft befürchten sie, überfordert zu sein oder in einem Notfall nicht kompetent handeln zu können. „Dabei sind Kinder mit Diabetes Typ 1 im Kindergarten und in der Schule genauso belastbar und leistungsfähig wie gesunde und im Umgang mit ihrer Erkrankung in der Regel gut geschult“, betont Danne. Auch am Sportunterricht und an Ausflügen können und sollen sie grundsätzlich teilnehmen: „Es gibt keinen Grund sie davon auszuschließen.“

„Um Kinder mit Diabetes auf den Schulalltag und den Umgang mit ihrem Diabetes vorzubereiten, haben wir vor über zehn Jahren am Kinder- und Jugendkrankenhaus „Auf der Bult“ in Hannover begonnen, einen strukturierten zweitägigen Schulungskurs ‚Fit für die Schule‘ anzubieten“, sagt der Chefarzt des Kinderkrankenhauses. „Die Resonanz war und ist bis heute überwältigend.“ Die Kinder sind begeistert dabei, neue Fertigkeiten zu erlernen und sich zu erproben. Gemeinsam mit anderen, die in der gleichen Situation sind, fällt es ihnen leicht, selbstbewusst mit ihrem Diabetes umzugehen.

Experten-Chat zum Thema „Diagnose Diabetes – Therapie bei Kindern und Jugendlichen“ mit Professor Dr. Thomas Danne:

<https://www.diabetesde.org/experten-chat/diabetes-typ-1-schule-kindergarten>



Quelle: [www.diabetesde.org](http://www.diabetesde.org)

Der Deutsche Diabetiker Bund Landesverband Sachsen e.V. arbeitet im Projekt "Diabetes im Klassenzimmer" gemeinsam mit Schulen, Lehrern, Diabetesspezialisten und der AOK-Plus an der Lösung der Probleme in Sachsens Schulen.

Informationen zum Projekt erhalten Sie beim Landesverband: [info@diabetikerbund-sachsen.de](mailto:info@diabetikerbund-sachsen.de), Telefon: 0351 4526652

## Frauen mit Diabetes kommen früher in die Wechseljahre – Was Patientinnen beachten müssen

**Frauen mit Diabetes kommen frühzeitig in die Wechseljahre als Frauen ohne Diabetes. Zudem steigt durch das sogenannte Klimakterium das Risiko für Herz-Kreislaufkrankungen bei Diabetes-Patientinnen an. Die Gründe sind das sinkende Östrogen, die dadurch schwankenden Blutzuckerwerte und die Neigung zur Gewichtszunahme. Die Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG) rät betroffenen Frauen daher zu einer engmaschigen Blutzuckerkontrolle und empfiehlt, die Therapie gegebenenfalls der neuen Hormonlage anzupassen. Bei einer Hormontherapie sollten Vor- und Nachteile individuell abgewogen werden.**

„Bei Frauen mit Diabetes erschöpft sich der Eizellenvorrat schneller. Das führt dazu, dass sie früher in die Wechseljahre kommen“, erklärt DDG Expertin Professor Dr. med. Petra-Maria Schumm-Draeger. Wissenschaftler vermuten, dass diabetesbedingte Gefäßveränderungen die Ursache für diesen beschleunigten Alterungsprozess sind. Mit dem Versiegen der Eierstöcke schwindet auch das Hormon Östrogen, das die Insulinempfindlichkeit beeinflusst. „Viele Patientinnen kennen diesen Zusammenhang allerdings nicht und werden von plötzlichen Blutzuckerschwankungen überrascht“, berichtet die Ärztliche Direktorin des Zentrums für Innere Medizin Fünf Höfe in München.

Dabei gilt: Auch Patientinnen mit einem bislang gut eingestellten Diabetes leiden im Klimakterium unter schwankenden Blutzuckerwerten, da das Östrogen nicht kontinuierlich, sondern oftmals sprunghaft abnimmt. „Der vermehrte Stress, verursacht durch Schlafstörungen und Hitzewallungen, tut sein Übriges, um den Blutzuckerspiegel negativ zu beeinflussen“, betont Schumm-Draeger.

Die Münchener Internistin empfiehlt Diabetes-Patientinnen daher, sich rechtzeitig mit dem Thema Wechseljahre auseinanderzusetzen. „Es ist ratsam, sich beizeiten vom behandelnden Dia-

betologen beraten zu lassen“, meint die DDG Expertin. Denn Östrogenmangel setzt nicht nur die Insulinempfindlichkeit herab, sondern steigert auch die Gefahr für Herz-Kreislaufkrankungen. „Zudem darf man nicht vergessen, dass die hormonelle Umstellung bis zu zehn Jahre dauern kann – da ist ein gut eingestellter Blutzuckerstoffwechsel für ein gesundes Altern unabdingbar“, ergänzt DDG Präsident Professor Dr. med. Dirk Müller-Wieland.

Generell sollten Patientinnen sowohl mit Diabetes Typ 2 als auch mit Typ 1 dringend ihren Lebensstil an die neue Situation anpassen, indem sie sich ausreichend bewegen und bewusst ernähren. Wichtig dabei ist, weniger Kalorien zu sich zu nehmen als bisher. „Die Wenigsten wissen, dass in diesem Lebensabschnitt der Grundbedarf an Kalorien deutlich reduziert ist, so dass leider deutlich weniger Kalorien nötig sind, um das Körpergewicht stabil zu halten“, so Schumm-Draeger. Passt die Patientin ihre Ernährungsgewohnheiten nicht an, drohen Übergewicht und daraus resultierende Folgeerkrankungen wie Herz-Kreislaufleiden.

Darüber hinaus werten Diabetes-Patientinnen typische Wechseljahresbeschwerden wie Herzrasen und Schweißausbrüche häufig fälschlicherweise als Symptome für Unterzuckerung und begegnen dem mit erhöhter Nahrungsaufnahme. „Auch das führt zu Übergewicht und einer schlechteren Blutzuckereinstellung“, so Schumm-Draeger. Häufigere Blutzuckermessungen helfen, das Missverständnis zu umgehen.

Ob eine Frau von einer Hormontherapie profitiert, lässt sich nicht pauschal beantworten. „Wir empfehlen, bei starkem Übergewicht und Bluthochdruck eine Hormontherapie sorgfältig zu überdenken“, so Schumm-Draeger. Bei Patientinnen mit Gebärmutter- oder Brustkrebs eigne sich die Behandlung eher nicht. „In jedem Fall sollten Vor- und Nachteile zwischen Arzt und Patientin individuell abgewogen werden“, betont auch DDG Präsident Müller-Wieland.

Quelle: [Deutsche Diabetes Gesellschaft](#)

## Presseschau

Die Originalartikel erreichen Sie über Klick auf die Internetseiten oder via QR-Code-Scan mit Ihrem Smartphone oder Tablet.

Dresdner Forscher testen Insulin-Pulver für Kinder: [www.sz-online.de](http://www.sz-online.de)



Persönliches Diabetes-Risiko wird oft unterschätzt: [www.aerztezeitung.de](http://www.aerztezeitung.de)



Nie wieder piksen: Kontaktlinse misst Blutzucker: [www.mdr.de](http://www.mdr.de)



Stillen senkt Diabetes-Risiko der Mutter: [news.doccheck.com/de](http://news.doccheck.com/de)



Übersicht Insulin-Präparate – Neu auf diabetes-news: [www.diabetes-news.de](http://www.diabetes-news.de)



Risiko für angeborene Herzfehler steigt mit Blutzuckerspiegel der Mutter: [www.diabetesinformationsdienst-muenchen.de](http://www.diabetesinformationsdienst-muenchen.de)



Neuer Diabetes-Podcast gestartet: [www.diabetesinformationsdienst-muenchen.de](http://www.diabetesinformationsdienst-muenchen.de)



## Newsletteranmeldung

<http://www.medien-werbung-design.de/diabetesnetzwerk-sachsen/>



**Unser Newsletter wird unterstützt von der AOK Plus Sachsen. Dankeschön!**