

LokalAnzeiger-Lesertelefon

Digitale Unterstützung in der Diabetestherapie

Expertentelefon am Weltdiabetestag 2019: Was leisten Online-Coachingprogramme?

(pr.nrw) Diabetes mellitus gilt als die häufigste Stoffwechselerkrankung der westlichen Industrienationen. So genannte digitale Diabetes-Coaches helfen den Patienten online und per Telefon, die Änderung des Lebensstils Schritt für Schritt umzusetzen. Doch wie funktioniert das Coaching in der Praxis? Für wen eignen sich die digitalen Angebote? Und welche Wirkung lässt sich mit solchen telemedizinischen Maßnahmen erzielen? Antworten gibt es am Donnerstag, 14. November (16 - 19 Uhr), unter ☎ 0800 09 09 290 bei den Experten am Lesertelefon anlässlich des Weltdiabetestags 2019.

gen, Nierenversagen und Augenerkrankungen. Ursache des Typ-2-Diabetes ist das Zusammenspiel einer individuellen genetischen Veranlagung und so genannter Lebensstilfaktoren, zum Beispiel Übergewicht, Bewegungsmangel, Ernährung, Stress, Alkohol- und Nikotinkonsum. Neben Medikamenten ist die Veränderung dieser Faktoren ein wesentlicher Bestandteil der Diabetes-Therapie – und für viele Betroffene eine schier unüberwindbare Hürde. Unterstützung bietet die Telemedizin.

Medikamente allein reichen nicht aus

Welchen Stellenwert Veränderungen des Lebensstils bei der Behandlung eines Typ-2-Diabetes haben, zeigt der Blick auf die aktuelle Patienten-Leitlinie der Bundesärztekammer, der Kassennärztlichen Bundesvereinigung und der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften: An erster Stelle des Therapie-Stufenplans steht die Basistherapie, bei der es einzig und allein darum geht, die Blutzuckerwerte durch Änderungen im Lebensstil zu verbessern. Elemente dieser Basistherapie sind unter anderem eine intensive Schulung über die Krankheitsmechanismen, Ernährungstherapie, die Steigerung der körperlichen



Auch 2019 steht der Weltdiabetestag, wie schon 2018, unter dem Motto „Familie und Diabetes“. Der Schwerpunkt liegt auf der Aufklärung und Risikoerkennung von Diabetes Typ-2. Foto: pr.nrw/stock.adobe

chen Aktivität und die Rauchtätigkeit. Erst wenn diese Maßnahmen nicht bei der Erreichung der Therapieziele helfen, kommen Medikamente zum Einsatz. Hier wird deutlich, dass der Behandlungserfolg vor allem in der Hand der Betroffenen selbst liegt. Doch haben sich Lebensgewohnheiten über Jahre und Jahrzehnte hinweg verfestigt, sind sie aus eigener Kraft oft nur schwer zu verändern. Die Ernährung umstellen, mehr Bewegung, eine

Kontrolle und Dokumentation der Blutzucker-Messwerte – und das alles gleichzeitig? Viele Patienten kapitulieren angesichts dieser Aufgaben und der Macht der Gewohnheiten. Hier setzen neue Unterstützungsangebote an, die den Patienten helfen, den Wechsel zu einer gesünderen Lebensweise zu schaffen und damit die Einnahme von Medikamenten zu verhindern oder zumindest zu reduzieren. Digitale Unterstützungsprogramme setzen auf eine Mischung

aus persönlicher Betreuung durch ausgebildete Diabetes-Coaches, den Einsatz geeigneter Messgeräte, die Auswertung der Messergebnisse und – im Idealfall – die Einbeziehung des behandelnden Arztes. Dabei geht es um mehr als Wissensvermittlung oder Ernährungs- und Bewegungstipps: Das Coaching orientiert sich an messbaren, medizinisch definierten Therapiezielen, etwa dem wichtigen Langzeit-Blutzuckermesswert HbA1c oder dem Body-Mass-Index. Pa-

tient und Coach treffen hierzu individuelle Zielvereinbarungen.

Pilotprojekte zeigen positive Ergebnisse

Dass ein digitales Diabetes Coaching die gesundheitliche Situation der Teilnehmer verbessert, untermauern erste Ergebnisse von Pilotprojekten. In einem vom Deutschen Institut für Telemedizin und Gesundheitsförderung (DITG) in Zusammenarbeit mit der AXA Krankenversicherung durchgeführten Projekt

wurden 300 Patienten über ein Jahr hinweg unter wissenschaftlicher Leitung telemedizinisch betreut. Im Durchschnitt nahmen die Teilnehmer mit Typ-2-Diabetes 4,4 Kilogramm ab, ihr Body-Mass-Index verbesserte sich um 1,4 Punkte, der HbA1c-Wert ging um 0,88 % zurück, wie die Projektleitung in der Ärzte-Zeitung berichtet. Demnach konnten von den Patienten, die zu Beginn des Programms Insulin spritzen mussten, rund 8 % das Kurzzeitsulin und knapp 11 % das Langzeitsulin absetzen.

Expertenrat zu Diabetes und Telemedizin

Wie funktioniert das digitale Unterstützungsprogramm? Eignet sich ein Online-Coaching auch für Menschen mit Typ-1-Diabetes? Wer bietet ein Diabetes-Coaching an? Benötige ich besondere Kenntnisse oder spezielle Messgeräte für die Teilnahme? Wer übernimmt die Kosten für das Coaching? Wie sicher sind meine Daten? Kann ich mich bei meinem behandelnden Arzt für ein Coaching anmelden? Können auch langjährige Diabetes-Patienten von einem Coaching profitieren? Alle Fragen rund um die telemedizinische Unterstützung bei Diabetes beantworten diese Expertinnen und Experten am Weltdia-

betestag 2019:
 ● Gabriele Arendt-Theling; Telemedizinischer Gesundheitscoach, Deutsches Institut für Telemedizin und Gesundheitsförderung, Düsseldorf
 ● Dr. med. Karin Burk; Fachärztin für Allgemeinmedizin / Palliativmedizin, Beratende Spezialistin im Gesundheitsmanagement der AXA, Köln
 ● Dr. med. Winfried Keuthe; Facharzt für Allgemeinmedizin, Diabetologe DDG, Ernährungsmediziner BDEM, Schwerpunktpraxis für Diabetes und Ernährungsmedizin Münster
 ● Katja Niedermeier; Fachärztin für Allgemeinmedizin, Diabetologin L?K, Diabetologikum Duisburg
 ● Dr. med. Hans-Martin Reuter; Facharzt für Innere Medizin, Diabetologe DDG, Ernährungsmediziner DGEM, Ambulantes Diabetes-Coaching an? Benötige ich besondere Kenntnisse oder spezielle Messgeräte für die Teilnahme? Wer übernimmt die Kosten für das Coaching? Wie sicher sind meine Daten? Kann ich mich bei meinem behandelnden Arzt für ein Coaching anmelden? Können auch langjährige Diabetes-Patienten von einem Coaching profitieren? Alle Fragen rund um die telemedizinische Unterstützung bei Diabetes beantworten diese Expertinnen und Experten am Weltdia-

Rufen Sie an! Am Donnerstag, 14. November, zwischen 16 und 19 Uhr. Der Anruf unter ☎ 0800 09 09 290 ist aus allen deutschen Netzen gebührenfrei.

Anzeigensonderveröffentlichung

Service rund ums Auto

Zuverlässige Fachbetriebe kümmern sich um Ihr Fahrzeug



Wintercheck für Lack und Karosserie ist unerlässlich für Ihr Auto

ALTENKIRCHEN. Damit Sie auch im Winter sicher vorankommen, darf die Karosserie nicht vernachlässigt werden. Lackschäden sollten besser noch vor dem Winter ausgebessert werden, sonst wird der Schaden noch größer. Denn Nässe, Kälte und Streumittel tun ihr Übriges um vorhandene Schwachstellen weiter anzugreifen. Ein Wintercheck dauert nicht lange und vor-

sorgen spart später Zeit und Geld. Also besser auf Nummer sicher gehen, bevor ihr Auto später so aussieht wie auf dem Bild. Die DLO GmbH in Altenkirchen ist spezialisiert auf Karosserie- und Lackarbeiten. Hier finden Sie kompetente Ansprechpartner für Ihren Wintercheck. Alle Informationen und Terminvereinbarung unter ☎ (02681) 4444. -red/Foto: DLO

Autohaus
EHLGEN
 GmbH
 Kölner Straße 123
 57610 Altenkirchen
 www.RENAULT-EHLGEN.de

Autohaus
EHLGEN
 GmbH
 57610 Altenkirchen
 Kölner Straße 123

LOKALANZEIGER
 ▶ Werbung die wirkt ▶ Crossmedial für die Region
 ▶ 90 % Haushaltsabdeckung

DLO GmbH
 Autolackierung
 DLO Autolackierung GmbH
 Rudolf-Diesel-Straße 13 | 57610 Altenkirchen
 Telefon: 0 26 81 – 44 44 | Fax: 0 26 81 – 33 13
 E-Mail: info@dlo-lackierung.de

Autohaus
SIEGEL GmbH
 Gartenweg 2
 57539 Bruchertseifen
 Tel. 02682-516
 info@autohaus-siegel.de
 www.autohaus-siegel.de

**Transporterservice,
 Wartung, Instandsetzung,
 TÜV, HU §29**
Krombach
 AUTO-SERVICE
 Noch Fragen? 0 26 81/9819585