DIABETES *im Griff*

Diabetes mellitus Typ 2 hat sich in vielen Ländern zu einer Volkskrankheit entwickelt, an der auch rund 350.000 ÖsterreicherInnen leiden. Mit dem Disease Management Programm „Therapie Aktiv" gibt es nun ein österreichweites Behandlungsprogramm, mit dem durch intensive ärztliche Betreuung und umfangreiche Informationen der Umgang mit der Krankheit im täglichen Leben verbessert werden soll.

Text: Dr. Johannes Trauner

Diabetes mellitus ist eine chronische Stoffwechselerkrankung, die durch ständig erhöhte Blutzuckerwerte gekennzeichnet ist. Der Diabetes Typ 2 ist zwar durch Vererbung geprägt, entscheidende Risikofaktoren sind aber auch falsche Ernährung und Bewegungsmangel, verbunden mit Übergewicht. Früher wurde der Diabetes Typ 2 oft als Altersdiabetes bezeichnet, da er in der Regel nur bei älteren Menschen auftrat. Heute findet man diese Form aber auch zunehmend bei übergewichtigen Kindern und Jugendlichen.

Der Diabetes Typ 2 beginnt meist schleichend und wird oft zu spät erkannt. Besonders gefürchtet bei Typ-2-DiabetikerInnen sind die vielen Begleit- und Folgeerkrankungen wie Herzinfarkte, Schlaganfälle, Erblindungen oder auch Beinamputationen und schwere Nierenschäden. Durch individuelle Therapieeinstellungen, kontinuierliche Betreuung der Betroffenen und einen gesunden Lebensstil lassen sich diese Folgeerkrankungen allerdings deutlich verzögern oder sogar verhindern.

Was ist „Therapie Aktiv"?

„Therapie Aktiv" ist ein Langzeitbetreuungsprogramm für PatientInnen mit Diabetes mellitus Typ 2. Betroffene können sich freiwillig und kostenlos bei speziell geschulten niedergelassenen Ärzten für Allgemeinmedizin und für Innere Medizin registrieren lassen. Wichtigstes Ziel dieser Langzeitbetreuung sind die Erweiterung des Wissens und die Stärkung der Selbstverantwortung der PatientInnen, verbunden mit der bestmöglichen medizinischen Behandlung.

Nähere Informationen zum Disease Management Programm „Therapie Aktiv" erhält man im Referat Gesundheitsförderung in der BVA Wien unter 05 04 05/217 03 oder -217 04 sowie in den Gebietskrankenkassen, die österreichweit als zentrale Informationsstellen fungieren. Wertvolle Auskünfte und Tipps sowie eine Auflistung der „Therapie Aktiv"-Ärzte findet man im Internet unter www.therapie-aktiv.at.

Der erste Schritt

Derzeit ist eine Registrierung im Disease Management Programm in den Bundesländern Wien, Niederösterreich, Steiermark, Salzburg und Tirol bereits möglich. In Oberösterreich und im Burgenland ist eine Überführung des bereits bestehenden Diabetes-Schulungsprogramms in das österreichweite „Therapie Aktiv"-Programm geplant. In den Bundesländern Kärnten und Vorarlberg kann mit der Registrierung voraussichtlich Ende des Jahres begonnen werden.

Am Disease Management Programm können Personen teilnehmen, deren Zuckerkrankheit eindeutig diagnostiziert wurde und die auch bereit sind, aktiv am Programm mitzuwirken. Nach Erhebung der Anamnesedaten und Durchführung der notwendigen Untersuchungen werden die vereinbarten Ziele, wie beispielsweise die Reduktion des Körpergewichtes, festgelegt. Dazu erhält jeder Patient ein so genanntes Patientenhandbuch mit wertvollen Informationen und hilfreichen Tipps zum Krankheitsbild.

Die Schulung

In den Diabetikerschulungen, die in Form von Gruppenschulungen von speziell ausgebildeten Ärzten durchgeführt werden, lernt jeder Betroffene, wie man die Erkrankung im Alltag in den Griff bekommen kann. Zusätzlich werden die TeilnehmerInnen unter anderem in den Bereichen Selbstkontrolle, Ernährung bei Diabetes und Bewegung geschult. Unterstützung erhalten PatientInnen im Rahmen der Schulungen von so genannten DiabetesberaterInnen, die mit praktischen Tipps für den Alltag, beispielsweise zur richtigen Harnzuckermessung, zur Seite stehen. Auch der kontinuierliche Erfahrungsaustausch mit anderen Personen, die die gleichen Ängste und Sorgen haben, ist ein wesentlicher Bestandteil der Gruppenschulungen.