

Diabetes Typ 1

Eine **nicht-sichtbare** Erkrankung
- ein Leben lang -



Diabetes bedeutet, dass der Körper den Blutzuckerspiegel nicht eigenständig regulieren kann. Deshalb muss der Blutzuckerwert regelmäßig gemessen und angepasst werden. Dazu sind neben einem genauen Körpergefühl auch der Umgang mit Zahlen und viel Technik notwendig.

Was so einfach klingt, ist im Alltag aber für Betroffene **sehr kräftezehrend**, denn es verlangt **große Disziplin und genaue Planung** für viele alltägliche Dinge, wie Mahlzeiten, Spaziergänge oder Sport. Spontan geht das alles nicht!

Diabetes macht nie Pause, nicht am Tag und nicht in der Nacht!



Ein Blick auf das Handydisplay verrät, ob der Körper gerade **funktionieren** kann.

Sind die Werte **im grünen Bereich**, ist alles in Ordnung. Lernen, arbeiten, denken ... läuft!

Bei Werten **unter 80** mg/dl und **über 180** mg/dl

sind klare Gedanken oft nicht möglich, gute Leistungen folglich ebenfalls nicht.

Ein **Nachteilsausgleich** ist deshalb kein großzügiges Geschenk, sondern nur die **Schaffung fairer Rahmenbedingungen**.

Kleiner Reminder: Eine Brille gleicht auch einen Nachteil aus, nämlich wenn jemand schlecht sieht.

Die Person sieht deshalb nicht besser als alle anderen, aber immerhin möglichst gleich gut.



Sport und Bewegung sind wichtig!

Aber gerade im Sportunterricht müssen die Werte **öfter kontrolliert** und **angepasst** werden.

Schnelle Kohlenhydrate (z.B. **Traubenzucker**, Saft) müssen immer griffbereit sein.

Achtung! Kein Sport bei großer **Hitze!**



Was für andere verboten ist,
ist für Diabetiker **ein MUSS!**

Je nach Blutzuckerwert, muss **essen und trinken**
auch zu ganz unpassenden Zeiten erledigt werden.

Das nervt! Vor allem das betroffene Kind!

... und weil das auch nachts passiert,
kann es schon sein, dass Diabeteskinder
manchmal ziemlich müde sind.

Viel trinken ist wichtig, damit das gesamte
technische System funktionieren kann.
Die Folge ist, dass deshalb auch öfter
ein Toilettengang notwendig wird.



Handy:

Für Diabeteskinder ist das Smartphone im Grunde
der wichtigste Begleiter: Messdaten werden auch an
die Eltern übermittelt. Im Zweifelsfall bekommt das
Kind von den Eltern Anweisungen, wie in bestimmten
Fällen zu reagieren ist.

Zocken, streamen, Social Media ... sind natürlich tabu!



Im Notfall: 110 wählen!

Ist das Kind im **Unterzucker** und kann nicht mehr
eigenständig Kohlenhydrate zu sich nehmen,
hilft das **Notfallspray**.

Diabeteskinder tragen es immer bei sich!

Keine Angst, es ist nur eine **Traubenzuckerlösung!**



Zu hohe Werte und Erbrechen können bei
Diabetikern ein Hinweis auf eine **lebensbedrohliche
Situation** sein.

Vielen Dank für Ihr Verständnis!

Bei Fragen können Sie sich gerne per E-Mail an uns wenden: tobias.wegscheid@t-online.de