

# Diabetes Typ I Eine nicht sichtbare Behinderung ein Leben lang!

## Ein Plakat gezeichnet von meiner Tante Anne Beate Eichelsbacher

Was ich mir, mit meinem Diabetes manchmal wünsche.

....dass die Leute verstehen, dass Diabetes nie Pause macht.

Dass jede Mahlzeit, jeder Spaziergang, jeder Tag eine kleine Entscheidung ist, mit Zahlen, Technik und Gefühl.

Diabetes bedeutet, stark zu sein - auch wenn es keiner sieht.

Deshalb unser Plakat, denn wir wollen keine Sonderbehandlung wir wünschen uns einfach nur Verständnis.

Unsere Krankheit sieht und merkt man uns nicht an, das macht die Sache für mich und andere so schwierig.

**Oft wird gesagt, damit kann man doch gut leben, die braucht doch keine Hilfe, soll sich nicht so anstellen.**

Mmmh - ist leider nicht ganz so! Gerade wenn es darum geht richtig funktionieren zu müssen wird es kompliziert.

Ja, dass funktionieren bei Werten unter 80 und über 180 ist so eine Sache.

Jeder Arzt wird es Euch sagen - das Funktionieren wird da nicht funktionieren!

Leider bewegen gerade wir Teenies uns sehr oft in diesen Bereichen, da unser Körper einfach noch sehr spontan ist.

Und noch etwas, was ich auf meinem Plakat mal loswerden wollte. Ja, Diabetes tut nicht weh und fällt kaum auf, ist aber sehr anstrengend und auch oft belastend. Denn wir müssen den ganzen Tag Regeln einhalten und funktionieren, dass es am Ende so aussieht als wäre alles voll easy. Was es aber definitiv nicht ist.

Daher ist ein Nachteilsausgleich kein großzügiges Geschenk vom Lehrer an mich, sondern einfach nur ein anderes Wort für faire Rahmenbedingungen und eine wichtige Unterstützung für mich.

## **Was für andere verboten ist - ist für uns ein Muss**

### **Essen im Unterricht**

Ja das stört nicht nur die Lehrer und Mitschüler, das stört besonders mich. Denn ich muss essen, wenn die Pumpe piept und ich im Unterzucker bin. Ob ich will oder nicht! Und nicht später sondern sofort!!!

Oder aber, ich darf in der Pause nicht essen, da meine Werte zu hoch sind. Dann muss ich notgedrungen später essen sobald ich mit den Werten runter gehe. Das nervt mich dann noch mehr.

Das ist übrigens dann auch so in der Nacht. Aufwachen und essen, oder Insulin abgeben und warten bis die Werte wieder passen. Da ist man am Morgen dann ziemlich müde.

### **Trinken im Unterricht**

Mit Typ 1 zu leben heißt auch, viel trinken. Denn nur dann funktioniert das tolle System Pumpe - Katheter - Sensor. Oft trinke ich viel zu wenig, dass ich nicht so oft auf Toilette gehen muss und schmecken tut nur Wasser auch nicht immer. Daher wäre es schön, wenn ihr mich auf Toilette gehen lassen würdet, wenn es doch öfter mal vorkommt.

### **Handy und Smart - Watch im Unterricht und im Schulhaus**

Mein Handy bekommt die Werte von meinem Sensor den ich am Arm trage. Stimmen die Werte nicht bekommen meine Eltern und ich einen Alarm. Das ist wichtig denn über What's App erhalte ich dann von meinen Eltern Anweisungen was zu tun ist. Im Grunde ist das Handy mein wichtigster Begleiter. Dieser Austausch findet oft mehrmals während eines Schultages statt. Bei anstehenden Schulaufgaben sogar noch öfter. Stimmen die Werte länger nicht, muss telefoniert werden und gemeinsam mit meinen Eltern auch mal der Katheter oder Sensor gewechselt werden. Nimmt man mir mein Handy, nimmt man mir meine Sicherheit! In meinem Alter will und kann man diese Verantwortung noch nicht alleine tragen. Das geht vielleicht wenn ich mal 15 oder 16 Jahre bin.

## **Sportunterricht**

Sport ist so wichtig für mich und meinen Diabetes.

Aber gerade im Sport ist es besonders wichtig meine Werte ständig zu kontrollieren - und auf die Alarmsignale meiner Pumpe und mir zu achten.

Denn Anstrengung, Hitze und Adrenalin sind für meine Werte eher schlecht, sie lassen meinen Blutzucker besonders schnell fallen. Schnelle Kohlenhydrate wie Traubenzucker und Säfte oder Cola muss ich daher immer griffbereit haben.

Ein Notfallspray trage ich immer in meiner Jackentasche.

Keine Angst, das ist nur Traubenzucker der über die Nase verabreicht wird.

Einen Rettungswagen muss man dann aber trotzdem rufen.

## **Klassenfahrt**

Das letzte Bild auf meinem Plakat ist wichtig für Klassenfahrten. Sollte man länger hohe Werte haben und Erbrechen dazu kommen ist es wichtig direkt einen Krankenwagen zu rufen. Denn was wie Magen-Darm aussieht kann bei einem Kind mit Diabetes Typ 1 auch schnell Lebensgefährlich werden.

Bei Fragen können sie sich gerne an uns wenden.

Über E-Mail: [tobias.wegschei@t-online.de](mailto:tobias.wegschei@t-online.de)

Oder telefonisch unter der 0175/5847242