

## Wie ist die Kostenübernahme durch die Krankenkasse geregelt?

Die Schulungen werden in Kleingruppen durchgeführt, hierbei haben sich Gruppengrößen zwischen 6-8 Teilnehmern für Medias 2 und 4-6 Teilnehmern für ICT und LINDA als am effektivsten erwiesen.

Aufgrund der bestehenden Diabetesstruktur Verträge können die Schulungen direkt mit den Kassen über die KV abgerechnet werden. Allerdings werden von den Kassen nur Termine gezahlt, die vom Patienten auch wahrgenommen wurden.

Aus organisatorischen Gründen kann eine Schulung nur mit mindestens 4 Teilnehmern angeboten werden. Wir möchten Sie deshalb bitten, uns im Rahmen eines Schulungsvertrages von dem Risiko Ihrer Fehlzeiten freizustellen. Selbstverständlich geben wir Ihnen jederzeit die Möglichkeit, Fehltermine in Parallelschulungen oder zu einem späteren Zeitpunkt nachzuholen.

**Fragen? Sprechen Sie uns an!**

**Bitte melden Sie sich zu einem angebotenen Schulungskurs verbindlich an. Die Formalitäten erledigen wir für Sie.**

## Schulungstermine für das Jahr 2010

Schulung im *Schulungszentrum* der Praxis:  
Auf der Höhe 69, 21339 Lüneburg

Do 10:30, 28.01. – 22.04.10, Medias 2  
Do 19:00, 18.02. – 20.05.10 Medias 2  
Fr 09:00, 12.02. – 23.04.10, DM 2+Ins.  
Do 8:30, 25.02. – 27.05.10, Medias 2  
Di 17:45, 23.02. – 08.06.10, ICT  
Nachschulung Typ 1 02.6.10 19:00 Uhr  
Nachschulung Typ 2 16.6.10 19:00 Uhr  
Do 10:30, 29.04. – 19.08.10, Medias 2  
Do 19:00, 27.05. – 02.10.10 Medias 2  
Fr 09:00, 21.05. – 27.08.10, DM 2+Ins.  
Do 8:30, 12.08. – 04.11.10, Medias 2  
Di 17:45, 10.08. – 09.11.10, ICT  
Do 10:30, 26.08. – 18.11.10, Medias 2  
Do 19:00, 28.10. – 27.01.11 Medias 2  
Fr 09:00, 03.09. – 19.11.10, DM 2+Ins.  
Do 8:30, 25.11. – 24.02.11, Medias 2  
Di 17:45, 23.11. – 22.02.11, ICT  
Fr 09:00, 26.11. – 18.02.11, DM 2+Ins.

### Schulungsteam:

Herr Dr. med. Hans-Eckart Sarnighausen

Frau Cordula Gärtner  
Diätassistentin, Diabetesassistentin

Frau Daniela Lange  
Krankenschwester, Diabetesassistentin



**Dr. med. Hans-Eckart  
Sarnighausen**  
Facharzt für Innere Medizin -  
Kardiologie, Diabetologe

Ambulante Schulungen  
für Patienten mit  
Diabetes mellitus

### **Patienten-Selbstmanagement**

Schulungsprogramme für Patienten mit  
**Diabetes mellitus Typ 1 und 2**

**Mit Diabetes-Selbstmanagement  
auf der sicheren Seite!**

Weniger Komplikationen  
Mehr Sicherheit  
Gesteigerte Lebensqualität  
Mehr Flexibilität und Unabhängigkeit  
Schonung der Organe

Tel 04131-223222, Fax -247337  
info@praxis-oedeme.de

## **Medias 2**

(12 Termine à 90 min)

### **Mehr Diabetes Selbstmanagement für Typ 2 Diabetes ohne Insulin**

Die Schulung hat einen Umfang von 12 Kurstunden zu je 90 Minuten. Hier geht es um Fragen der Ernährung, Essverhalten, Bewegung und die Grundlagen des Typ-2-Diabetes, aber auch um Motivation, Therapieprinzipien, Selbstkontrolle und eine individuelle Zielformulierung.

Hilfreiche Tipps für den Alltag und konkrete Anweisungen sollen die selbständige Therapie im Alltag fördern. In jeder Sitzung wird der Status quo festgehalten und der Patient dazu angeregt, das Erlernte unmittelbar im Alltag anzuwenden.

Um nach Beendigung der Schulung das Erlernte nicht nutzlos ruhen zu lassen, erhalten die Teilnehmer ein Schulungsbuch mit den wesentlichen Kursinhalten sowie ein Selbstkontrollheft, Kalorienbaustein- tabellen und andere Hilfsmittel wie Arbeitsblätter zur Gewichtsabnahme oder Fußpflege, welche das Selbstmanagement der Krankheit so gut es geht erleichtern sollen. Darüber hinaus besteht auch die Möglichkeit einer Hilfestellung nach der Schulung.

## **ICT - Schulung**

(12 Termine à 90 min)

Die ICT ist eine Form der Insulintherapie, die vor allem bei Typ-1-Diabetikern eingesetzt wird. Bei der auch als Basis-Bolus-Therapie bezeichneten Behandlungsart wird sowohl Verzögerungsinsulin (Basis) als auch kurz wirksames Insulin (Bolus) gespritzt. Ersteres wird meist zwei-drei Mal am Tag injiziert, um eine Grundversorgung mit Insulin zu gewährleisten. In Abhängigkeit von den Mahlzeiten und der geplanten Aktivität kommt zusätzlich das kurz wirksame Insulin zum Einsatz.

Anders als bei der konventionellen Insulintherapie (CT), bei welcher der Patient nach Zeitplan essen und spritzen muss, erlaubt die ICT eine weitaus größere Flexibilität. Der Vorteil ist, dass der Patient sich nicht an vorgeschriebene Mahlzeiten- oder Spritzpläne halten muss, da das kurz wirksame Insulin nach Bedarf verabreicht wird. So ist es beispielsweise möglich, auch Mahlzeiten auszulassen oder zu einem späteren Zeitpunkt zu essen als gewöhnlich.

Vor Beginn einer ICT muss der Patient umfassend geschult werden. Hierbei ist es vor allem wichtig zu lernen, die benötigte Insulindosis abzuschätzen, Warnsignale des Körpers zu deuten und entsprechend zu reagieren. Das regelmäßige Blutzuckermessen in Verbindung mit einer hohen Eigenverantwortung ist für einen optimalen Therapieerfolg unabdingbar. Als erwiesen gilt, dass die ICT mit weniger Komplikationen und Folgeschäden verbunden ist als die konventionelle Therapie, da die natürliche Funktionsweise einer gesunden Bauchspeicheldrüse hier imitiert wird.

## **Diab Typ 2 + Insulin(10 Termine à 90 min)**

Das LINDA-Programm ist eine Basis-schulung für Menschen mit Typ 1- oder Typ 2-Diabetes. Die Kernschulung besteht aus 4 Grundmodulen, die durch weitere Module entsprechend der Therapie ergänzt werden. Das Besprechen individueller Ziele Probleme und Therapien erfolgt zeitnah in der Einzelbetreuung. Die Dauer der Gruppenschulungen entspricht den Vorgaben des Bundesversicherungsamtes sowie den Empfehlungen der DDG.

Innovativ ist die Verwendung von Modellteilen der tatsächlichen Organe, die an eine Magnettafel geheftet werden. Sie finden zur Erklärung der Pathophysiologie durchgängig in allen Einheiten Verwendung. Durch schrittweisen Aufbau und Wiederholungen wird der Patient mit den Vorgängen in seinem Körper vertraut. Die Patienten verstehen, warum und welche Therapiemaßnahmen für sie wichtig sind und übernehmen die Verantwortung für sich selbst.

Handlungsorientiertes, interaktives Lernen mit verschiedenen Medien und zahlreichen Aktivitäten der Teilnehmer machen die Schulung abwechslungsreich und kurzweilig. Die Unterrichtsmethoden sind nach neuen lehrdidaktischen Konzepten aufgebaut.