



Universitätsklinikum  
Ulm



ambulantes  
Schulungsprogramm  
für Kinder und Jugendliche  
mit Diabetes



2011

**Impressum**

Ursula Benner, Dr. Christian Denzer  
Sektion Pädiatrische Endokrinologie und Diabetologie

**Universitätsklinikum Ulm**  
Klinik für Kinder- und Jugendmedizin

Eythstraße 24  
D-89075 Ulm



## **DIABETES-TEAM**

### **KINDER- UND JUGENDÄRZTE**

Prof. Dr. Martin Wabitsch

(Leiter der Schulungs- und Behandlungseinrichtung  
für Kinder und Jugendliche mit Diabetes)

Dr. Christian Denzer

Dr. Angelika Krost

Dr. Susanne Lang-Ruß

Dr. Julia v. Schnurbein

### **DIABETESBERATERINNEN**

Ursula Benner

Rosalinde Völk

Ulla Weinstein

### **ERNÄHRUNGSBERATERINNEN**

Monika Kriechbaum-Hubacsek

Sigrid Räkel-Rehner

### **Psychologe**

Dipl. Psych. Dr. Helmut Weyhreter

## Liebe Patientinnen und Patienten, liebe Eltern!

Wieder hat ein neues Jahr begonnen, und auch dieses Jahr wollen wir Euch/Ihnen spannende, interessante und informative Schulungsangebote rund um das Leben mit Diabetes anbieten. Unser Ziel ist es, Schulungen für Patienten jeder Altersstufe und natürlich auch für die Eltern anzubieten. Die Schulungen sollen Spaß machen und lebendig sein, d.h. wir wollen im Rahmen des Programms so gut wie möglich auf Eure/Ihre Wünsche, Fragen und Erfahrungen eingehen.

Die folgende Programmübersicht zeigt die geplanten Schulungstermine für das ganze Jahr 2011. Zudem werden für jedes Schulungsthema die Zielgruppen und Altersstufen genannt, für die die jeweilige Schulung geeignet ist.

Auswahl der Themen und Schulungstermine sind frei. Wir empfehlen, entsprechend der Vorgaben der Fachgesellschaften und der Krankenkassen im Laufe des Jahres an zwei ambulanten Schulungen teilzunehmen (entsprechend 4x 45 Minuten Schulung).

Sollten Sie sich für die Teilnahme an einer Schulung am Samstag entscheiden, so entspricht auch dies einer Schulungsdauer im gewünschten Umfang (4x 45 Minuten). Damit ein Schulungstermin stattfinden kann, sollten jedoch mindestens drei Anmeldungen für den jeweiligen Termin vorliegen. Sollte ein Schulungstermin aufgrund zu geringer Teilnehmerzahl nicht zustande kommen, werden wir uns bemühen, mit Ihnen/Euch zusammen einen Ausweichtermin zu finden.

Wir bitten Euch/Sie, sich bis spätestens 2 Wochen vor dem jeweils ausgewählten Termin mithilfe des Anmeldebogens am Ende des Programmheftes anzumelden. Zudem ist es möglich uns eine E-mail als eine verbindliche Anmeldung zukommen zu lassen, in der das gewünschte Datum, das Thema und der Name vermerkt sein sollte.

Emailadresse: [diabetes.kinder@uniklinik-ulm.de](mailto:diabetes.kinder@uniklinik-ulm.de).

Außerdem ist das Programmheft jederzeit auf der Homepage der Uniklinik abrufbar. Pfad: [www.uniklinik-ulm.de](http://www.uniklinik-ulm.de) -> michelsberg -> Kinder und Jugendmedizin -> Sektion Endokrinologie und Diabetologie -> ambulantes Schulungsprogramm für Kinder und Jugendliche mit Diabetes .

Wir freuen uns auf ein spannendes und erfolgreiches Jahr 2011

EUER/IHR DIABETESTEAM DER UNIVERSITÄTSKINDERKLINIK ULM



## BLOCK 1

### Diabetes | Insulintherapie für Profis

Mo. 21.02.11 **DEIN KÖRPER EIN PC - THERAPIEFORMEN**

17:00 - 18:30 Uhr

- wie viel Basalinsulin
- wie viel Mahlzeiteninsulin
- wie viel Korrekturinsulin
- ICT

Zielgruppe:

13 - 16 Jahre

- Insulinwirkung
- BE- Faktoren

Di. 22.02.11 **„REIF FÜR DIE INSEL?“**

17:00 - 18:30 Uhr

- Was ist Diabetes?
- Wie wird Nahrung zu Energie?
- Insulin + Insulinmangel

Zielgruppe:

16 Jahre +

Mi. 23.02.11 **DAS BLUTZUCKERGEDÄCHTNIS**

17:00 - 18:30 Uhr

- Hb A1c
- wenn der Blutzucker mal daneben liegt
- warum ist der richtige Überblick so wichtig?
- Ketonmessung

Zielgruppe:

13 - 16 Jahre

Do. 24.02.11 **TIPPS FÜR PROFIS**

17:00 - 18:30 Uhr **„ERNÄHRUNG + MAHLZEITENINSULIN“**

- Was gibt es für Zwischendurch?
- Umgang mit Süßigkeiten und Snacks im Alltag
- „Zum Wohl“ - Alkoholische Getränke

Zielgruppe:

16 Jahre



## BLOCK 2

### Diabetes specials

Mo. 04.04.11 **ICH FÜHL MICH WOHL IN MEINER HAUT**

17:00 - 18:30 Uhr

- Bin ich normal?
- Manchmal kann ich mich nicht bremsen
- Geht´s noch ein bisschen dünner?

Zielgruppe:

15 Jahre +

Sa. 09.04.11 **„MEIN KÖRPER - WAS IST NUR PASSIERT?“**

09:30 - 12:00 Uhr

- Was ist Diabetes?
- Wie wird Nahrung zu Energie?
- Insulin/Insulinwirkung
- Insulinmangel

Zielgruppe:

9 - 10 Jahre

Di. 05.04.11 **DU WIRST ERWACHSEN**

17:00 - 18:30 Uhr

- unabhängig auch auf Reisen
- Fernreisen mit dem Flugzeug
- Pubertät
- Empfängnisverhütung
- Ausbildung und Beruf

Zielgruppe:

16 Jahre +

Mi. 06.04.11 **FAST FOOD - ESSEN AUF DIE SCHNELLE**

17:00 - 18:30 Uhr

Zielgruppe:

16 Jahre +

Do. 07.04.11 **AKTIV UND SPORTLICH SEIN**

17:00 - 18:30 Uhr

- Fit bleiben durch Sport
- Vor und nach dem Training
- Gefahren
- Tipps und Besonderheiten

Zielgruppe:

13 - 16 Jahre



## BLOCK 3

### Diabetes – mein Leben

Mo. 10.10.11  
20:15 - 21:45 Uhr

#### DIABETES HEUTE + SPÄTER

- In die Zukunft blicken
- Was kannst Du heute für später tun?
- Was sind Folgeerkrankungen?

Zielgruppe:  
16 Jahre +

Di. 11.10.11  
17:00 - 18:30 Uhr

#### ICH SCHÄTZE MAL...:

- praktische Übungen rund um´s
- BE Schätzen
- BE - Faktoren

Zielgruppe:  
13 - 16 Jahre

Mi. 12.10.11  
17:00 - 18:30 Uhr

#### SELBSTKONTROLLE - „DER WEG IN DIE SELBSTSTÄNDIGKEIT“

- Ablösen von den Eltern/  
Wann brauch ich noch Ihre Hilfe?
- Bz.-messen
- Keton messen
- Blutdruck messen

Zielgruppe:  
13 - 16 Jahre

Do. 13.10.11  
17:00 - 18:30 Uhr

#### GERÄTE-KONTROLLE

- Überprüfung aller eigener Geräte  
( bitte alles mitbringen!!! )
- Überprüfung des Handlings
- Vorstellung neuer Pens, Bz.-geräte,...
- kurze Pumpenvorstellung

Zielgruppe:  
12 - 15 Jahre

Sa. 15.10.11  
09:30 - 12:00 Uhr

#### PUMPENNACHSCHULUNG

Zielgruppe:  
Patienten mit Pumpe

Di. 18.10.11  
20:00 - 21:00 Uhr

#### Psychologische Aspekte

- bei Kindern
- bei Jugendlichen
- bei den Eltern

Zielgruppe:  
Eltern

