

Themen für Diabetiker Typ 1 und 2 Treff 2020

Datum	Zeit	Thema
Dienstag 28.01.2020	18:00-19:30 Uhr	Krankheit / Spitalaufenthalte – wie gehe ich damit um, was muss ich berücksichtigen Raum A05
Montag 23.03.2020	18:00-19:30 Uhr	„Ich habe „nur“ Diabetes“ – Diskussion um das Thema der Stigmatisierung (Ungleichbehandlung) Raum A05
Mittwoch, 10.06.2020	18:00-19:30 Uhr	Populäre Diäten Raum A05
		Sommerpause
Mittwoch 30.9.2020	18:00-19:30 Uhr	„Up and down“: Blutzuckerschwankungen, was könnten die Ursache sein? Raum A05
Samstag 14.11.2020	Ganzer Tag	Weltdiabetestag mit spannende Vorträge und Informations-Tische D0 ganzes Endokrinologie-Team

Kontakt:

Bettina Rösch

Ernährungsberaterin

Telefon: 044 863 23 59

Mail: bettina.roesch@spitalbuelach.ch

Waltraut Gut

Diabetesberaterin

Telefon: 044 863 23 50

Mail: waltraut.gut@spitalbuelach.ch

Krankheit und Spitalaufenthalte

Oft führen Entzündungen / Krankheiten im Körper zu plötzlichen Veränderungen des Blutzuckers. Der Blutzucker gerät sozusagen aus dem Takt. Wie Sie erkennen, dass etwas nicht stimmt, wie Sie richtigerweise reagieren und wie Ihr Notfallplan aussehen könnte, diskutieren wir gemeinsam mit Ihnen.

Ist die Erkrankung ausgeprägt, kann es dazu führen, dass Sie sogar ins Spital müssen. Ihre Erfahrungen und unsere Fachexpertise nehmen wir als Grundlage und besprechen mit Ihnen Themen wie, die Zuverlässigkeit der Sensordaten während einer Erkrankung im Spital oder warum eigentlich die Diabetestherapie häufig im Spital geändert wird.

„Ich habe „nur“ Diabetes“ – Diskussion um das Thema der Stigmatisierung (Ungleichbehandlung)

„Mein Bruder würde mich nie im Spital besuchen, denn er würde sagen, dass es meine eigene Schuld sei, dass ich dort liege“ (Frau, DM Typ 1, 21Jahre alt).

„(...) ich war in einer Führungsrolle und ich hatte das Gefühl, ich müsste es dort verbergen“ (Frau, DM Typ 2, 68Jahre alt)

Das sind zwei Äusserungen von zwei Personen mit Diabetes. Stigmatisierung ist sehr vielschichtig. Vielleicht haben Sie ähnliche Erfahrungen gemacht, die Sie teilen möchten. Wir möchten Ihnen Aufzeigen, wie Stigmatisierung sich im Alltag äussern kann und diese verschiedenen Facetten der Stigmatisierung mit Ihnen diskutieren.

Populäre Diäten

Welche Diät ist denn die richtige für mich, für den Diabetes? Das haben Sie sich vielleicht auch schon gefragt. Tatsache ist, es gibt etliche und man kann leicht ins Grübeln und Zweifeln kommen. Die Ernährungsberatung stellt Ihnen die beliebtesten Diättrends vor und überlegt kritisch mit Ihnen was wirklich nötig oder wichtig ist, wenn Sie einen Diabetes haben und es um Ernährungsanpassungen geht.

„Up and down“: Blutzuckerschwankungen, was könnten die Ursache sein?

Ihr Blutzucker gleicht einer Berg- und Talfahrt, obschon Sie Ihr Insulin so spritzen, wie Sie es immer spritzen? Was heute gilt, gilt vielleicht Morgen nicht mehr? Es gibt viele Einflüsse, die sich auf den Blutzucker auswirken können. Manche können Sie direkt beeinflussen, wie z.B. Sie sorgen dafür, dass das Gleichgewicht zwischen Insulin und Mahlzeit stimmt. Andere sind weniger gut beeinflussbar, wie z.B. hormonelle Schwankungen.

Wir diskutieren mit Ihnen, welche Ursachen sich hinter grossen Blutzuckerschwankungen verbergen können. Gemeinsam ergründen wir Schritte, wie Sie diese Blutzuckerschwankungen reduzieren können.