

# Volkskrankheit Diabetes

Fortbildung für Pflegekräfte beim Tag der Pflege des katholischen Pflegeverbundes Göttingen

Über einhundert haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiterinnen in der Pflege aus der Region Göttingen und Duderstadt haben an der diesjährigen Fortbildungsveranstaltung des katholischen Pflegeverbundes Ende März in Göttingen teilgenommen. Beim „Tag der Pflege“ im Pfarrheim der Gemeinde St. Paulus informierten sich die Pflegekräfte aus dem ambulanten und stationären Bereich über „Diabetes Mellitus und die Folgen“.

Acht bis zehn Millionen Menschen sind in Deutschland an Diabetes erkrankt. Dabei sind 30 Prozent der 70- bis 90-Jährigen, rund drei Millionen Bundesbürger, betroffen. Über Besonderheiten der Diabetes im Alter referierte Internist Dr. Stefan Gehrke, der in Duderstadt eine diabetologische Schwerpunktpraxis betreibt. Am häufigsten trete Diabetes Typ 2 auf, früher auch Altersdiabetes genannt, so der Mediziner. Rund 95 Prozent aller Diabetiker sind davon betroffen. Diese Erkrankung ist genetisch bedingt, oft sind es übergewichtige Menschen. „Immer häufiger erkranken allerdings auch Kinder“, sagt Gehrke. Zuerst erfolge die Behandlung mit Tabletten, später bleibe nur die Insulin-Therapie. Die Symptome der Diabetes im höheren Lebensalter sind vielfältig: Müdigkeit, Sehstörungen, Schwindel und kognitive Störungen gehören unter anderem zum Erscheinungsbild.

„Die Risiken eines Diabetikers an Depression oder

an Demenz zu erkranken, sind verdoppelt“, so Gehrke. Häufige schwere Unterzuckerungen würden das Risiko noch einmal erhöhen, dement zu werden. Bei älteren depressiven Patienten sei es problematisch, dass sie oft keine Psychotherapie mehr bekommen, weiß der Mediziner: „Insgesamt soll sich die Therapie der Diabetespatienten zum Ziel setzen, die Lebensqualität und das allgemeine Wohlbefinden zu erhalten“.

Wie kompliziert die technische Handhabe für ältere, gesundheitliche beeinträchtigte Menschen ist, führte Diabetesberaterin Maria Meier den Pflegekräften vor Augen: „Allein das Insulingeben mit der Spritze und die Blutzuckermessung kann für die älteren Menschen problematisch sein.“ Für das Pflegepersonal sei ein fundiertes Wissen um Injek-

tionstechnik und richtige zeitliche Abstimmung sehr wichtig. Die Wahl der Therapie solle die Patienten auf keinen Fall überfordern, warnt Meier.

Grundlegend in der Diabetes-Therapie ist auch die Ernährung. Während man früher davon ausging, dass eine Kost mit besonderen Diätprodukten unabdingbar ist, sind diese seit 2010 aus den Regalen verschwunden. „Grundlegend wichtig ist es, sich vollwertig zu ernähren und auf die Kohlenhydrate zu achten“, erläutert Thomas Linkhorst, diätetisch geschulter Küchenmeister im Krankenhaus St. Martini in Duderstadt.

Er rät dazu, leicht resorbierbare Kohlenhydrate – wie zum Beispiel in Konfitüren – zu vermeiden und komplexe Kohlenhydrate (Vollkorn statt Weißmehl) in den Tagesplan einzu-

bauen. So werden Blutzuckerspitzen verhindert. In der Pflege älterer Menschen sollte jedoch immer auch individuell abgewogen werden. „Das Pflegepersonal ist bei manchen Senioren froh, wenn diese überhaupt etwas zu sich nehmen“, weiß Linkhorst.

Die im Volksmund auch „Zuckerkrankheit“ genannte Erkrankung beruht auf einer chronischen Stoffwechselstörung. Die Patienten werden wegen ihrer Grunderkrankung und deren Folgeerscheinungen in internistischen, angiologischen und orthopädischen Stationen behandelt. Um eine bestmögliche Betreuung der Menschen in Pflegeheimen und durch die Pflegedienste zu ermöglichen, benötigen die Einrichtungen ein fachlich gut ausgebildetes Personal. Der Tag der Pflege liefert dazu einen wichtigen Beitrag.

Die Referenten (v. li.): Dr. Stefan Gehrke, Marlen Reinold, Maria Meier, Thomas Linkhorst

