

Blutzuckermessung, ja oder nein?!?!

Wer darf, wer kann, für wen macht es Sinn?

Nicht jeder Mensch mit Diabetes ist in der Lage, bzw. möchte seinen Blutzuckerwert selbst messen; aber diejenigen, die dazu bereit sind, sollten wir unbedingt darin unterstützen.

Die Messung gibt dem Betroffenen die Möglichkeit, die Erfolge seiner Therapie, bzw. die Schwachpunkte zu erkennen.

Es gibt unterschiedliche Faktoren, die die Höhe des Blutzuckers beeinflussen :
Bewegung, Nahrung, Stress, Insulingaben...

Regelmäßige Messungen geben dem Betroffenen die Chance Rückschlüsse zu ziehen und sein Verhalten zu planen.

Die Empfehlung der DDG für die Intensivierte Insulintherapie lautet 4-6 Messungen am Tag.

Aber, was ist mit den vielen Menschen mit Typ 2 Diabetes, die keine ICT durchführen? Keine Kontrolle des Blutzuckers nötig?

In unseren Schulungen sehen wir tagtäglich verunsicherte Patienten.

Auch mit einem Diabetes Typ 2 braucht ein Betroffener die Sicherheit über Blutzuckerlage und die zu verabreichende Insulinmenge.

Wer möchte sich Insulin spritzen, ohne zu wissen, in welchem Bereich sich der Blutzucker bewegt?

Die richtige Ernährung, in Kombination mit der richtigen Bewegung; das soll es sein!
Doch, woran erkennt der Betroffene, dass eine Lebensstil-Änderung zu einer guten „Blutzuckereinstellung“ führen kann?

Wer sagt ihm, ob das Essen, das er essen möchte, in der Menge, die er essen möchte, auch wirklich passt?

Der Trainingseffekt durch die Blutzuckerselbstkontrolle im direkten Bezug zu Mahlzeiten oder Bewegung wird häufig unterschätzt.

Falsche Ernährung und zu wenig Bewegung lässt die Entwicklung des Typ 2 Diabetes rapide ansteigen, das ist uns allen klar.

Wir setzen auf Selbstverantwortliches Handeln des Patienten .Das geht nur, wenn er Rückschlüsse auf sein Tun oder Lassen ziehen kann und zwar: möglichst **zeit nah** !

Mit einer Blutzuckermessung stehen den Menschen mit Diabetes unabhängig von der Therapieform diese Türen offen.

Die Eigenverantwortung für den Umgang mit Diabetes wird durch das Selbstmessen der Blutzuckerwerte gefördert.

Die Betroffenen erhalten mehr Sicherheit und werden zu einem gesundheitsbewussteren Verhalten angeregt.

Anne van Kann

Diabetesberaterin DDG,

Schloßparkklinik Berlin Charlottenburg, Diabetesberatung.