

## **PRESSEMITTEILUNG**

### **Glukose messen, aber richtig! Neuer Leitfaden gibt Empfehlungen**

**Berlin, Juni 2019 – In der Therapie der mehr als sieben Millionen Diabetes-Patienten in Deutschland spielt das Selbstmanagement eine lebenswichtige Rolle. Die selbstverantwortliche Umsetzung der Diabetestherapie ist Voraussetzung für eine gute Blutzuckereinstellung und hohe Lebensqualität der Patienten. In der Diabetes-Schulung lernen die Betroffenen, eigenständig mit ihrer Krankheit umzugehen. Diabetesberater/innen und Diabetesassistenten/innen vermitteln Wissen und leiten zum Selbstmanagement an, so auch zur Glukose-Selbstkontrolle. Wie die Glukosemessung korrekt durchgeführt wird, darüber klärt jetzt ein aktueller Leitfaden des Verbandes der Diabetes-Beratungs- und Schulungsberufe in Deutschland e.V. (VDBD) auf.**

Das Glukosemonitoring spielt in der Therapie von Menschen mit Diabetes Typ 1 und Typ 2 eine große Rolle. Vor allem Diabetes-Patienten, die Insulin spritzen und die Dosis selbstständig an den Bedarf anpassen, müssen täglich ihren Glukosespiegel messen, um eine Stoffwechsellage zu vermeiden. Den Betroffenen stehen dabei zwei Methoden zur Verfügung: die Selbstmessung des Glukosewertes im Kapillarblut mithilfe eines kleinen Blutzuckermessgeräts sowie einer Stechhilfe (SMBG) und die kontinuierliche Glukosemessung (CGM bzw. FGM), bei der mithilfe von Sensoren über eine dünne Nadel im Unterhautfettgewebe rund um die Uhr die Gewebezuckerwerte gemessen werden. Der VDBD-Leitfaden enthält zu beiden Arten der Glukosemessung detaillierte Informationen, Anleitungen zur Durchführung, aber auch Hinweise zu möglichen Fehlern, die bei den Messungen gemacht werden können.

Die klassische Selbstmessung des Blutzuckerspiegels kommt sowohl bei Patienten mit Typ-1- als auch bei Patienten mit Typ-2-Diabetes zum Einsatz, vor allem sofern der Messwert eine konsequente Handlung erfordert. Eine Verbesserung der Stoffwechsellage wird bei Menschen mit Typ-2-Diabetes in erster Linie über einen veränderten Lebensstil und orale Antidiabetika erreicht. Das Risiko einer Unterzuckerung ist bei diesen Patienten geringer, weshalb eine kontinuierliche Messung der Glukose meist nicht notwendig ist und deren Kosten von der Krankenkasse auch nicht übernommen werden. „Gerade bei einer lebensstilverändernden Therapie, die auf eine gesunde, ausgewogene Ernährung und regelmäßige Bewegung setzt, bietet die klassische Selbstmessung jedoch die

unverzichtbare Möglichkeit, die Wirksamkeit der Lebensstiländerungen zu überprüfen“, so Dr. rer. medic. Nicola Haller, Vorstandsvorsitzende des VDBD.

Die kontinuierliche Glukosemessung kommt vor allem bei Menschen mit Diabetes Typ 1 zum Einsatz. „Die Geräte zur kontinuierlichen Glukosemessung, kurz CGM/FGM, können den Alltag der Betroffenen und den Umgang mit der chronischen Erkrankung immens erleichtern. Sie bieten eine Fülle an Zusatzinformationen und bieten einen Blick auf Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft des Glukoseverlaufs“, erläutert Elisabeth Schnellbacher, eine der drei Autorinnen des Leitfadens und erfahrene Diabetesberaterin. Die Patienten erfahren dank der kontinuierlichen Messung, wie sich ihre Gewebezuckerwerte im Tages- und Nachtverlauf verändern und können rechtzeitig alarmiert werden, wenn Unter- oder Überzuckerungen drohen. „Diabetes-Patienten, die ein CGM verwenden, sollen jedoch auch dazu in der Lage sein, die klassische Selbstmessung der Blutglukose durchzuführen“, so Schnellbacher. „So ist es zum Beispiel sinnvoll bei zu niedrigen, zu hohen oder nicht erklärbaren Werten, eine Kontrollmessung mit Blutzuckermessgerät und Stechhilfe durchzuführen.“

Damit die Blutzucker-Selbstkontrolle korrekt durchgeführt, die technischen Hilfsmittel sicher angewendet und so eine erfolgreiche Therapie erreicht werden kann, müssen die Diabetes-Patienten geschult werden. „Nur wer seine gemessenen Blutzuckerwerte richtig interpretieren und einschätzen kann, ist auch in der Lage, eventuell notwendige Konsequenzen zu ziehen, wie beispielsweise das zusätzliche Spritzen von Insulin bei einer Überzuckerung und die Behandlung mit schnellwirksamen Kohlenhydraten bei niedrigen Blutzuckerwerten“, ergänzt Dr. Haller.

Mit dem neuen Leitfaden zur Glukose-Selbstkontrolle in Beratung und Therapie gibt der VDBD Diabetesberaterinnen und Diabetesassistentinnen und weiteren Health Care Professionals fachlich fundierte Informationen zum Thema an die Hand. Damit die Beraterinnen das Wissen im Alltag gut anwenden und an ihre Patienten weitergeben können, wird der Leitfaden durch praxisnahe Tipps ergänzt. Zwar richtet sich der Leitfaden in erster Linie an Fachkräfte in der Diabetesversorgung, aber auch Diabetes-Patienten enthalten darin wertvolle Hinweise und gut verständliche Hilfestellungen.

Der Leitfaden zur Glukose-Selbstkontrolle in Beratung und Therapie kann ab dem 31. Mai 2019 kostenlos auf der [VDBD-Homepage](#) abgerufen und heruntergeladen werden.

Quellen:



Verband der Diabetes-Beratungs- und Schulungsberufe in Deutschland e.V. (VDBD)  
(2019): Leitfaden zur Glukose-Selbstkontrolle in Beratung und Therapie.

**Ihr Kontakt für Rückfragen:**

Verband der Diabetes-Beratungs- und Schulungsberufe in Deutschland e.V. (VDBD)  
Dr. Gottlobe Fabisch (Geschäftsführung)  
Habersaathstr. 31  
10115 Berlin  
Tel.: +49 (0)30 847122-490  
E-Mail: fabisch@vdbd.de

Thieme Kommunikation  
Postfach 30 11 20, 70451 Stuttgart  
Tel: 0711 89 31-115  
Fax: 0711 89 31-167  
E-Mail: doebler@medizinkommunikation.org

[www.vdbd.de](http://www.vdbd.de)  
[www.vdbd-akademie.de](http://www.vdbd-akademie.de)