

## **PRESSEMITTEILUNG**

### **Weihnachten und Diabetes: Mit Wissen und Rücksichtnahme gemeinsam feiern VDBD fordert: Angehörige stärker in Therapie einbinden und schulen**

**Berlin, Dezember 2019 – Die Festtage sind zum Greifen nahe und mit ihnen eine Zeit, in der die Familie enger zusammenrückt und mehr Zeit miteinander verbringt. In Familien, in denen ein oder mehrere Familienmitglieder an Diabetes mellitus erkrankt sind, ist das Familienfest immer auch geprägt von gegenseitiger Rücksichtnahme – etwa bei den Mahlzeiten, denn auch an Weihnachten müssen Menschen mit Diabetes einen bewussten Umgang mit Ihrer Ernährung leben. Ein Diabetes mellitus betrifft nicht nur den Patienten selbst, sondern auch sein soziales Umfeld, seine Freunde und besonders seine Familie. Der Spagat zwischen dem Wunsch nach Normalität und notwendigem „Sonderstatus“ ist dabei für alle nicht immer leicht, wie der Verband der Diabetes-Beratungs- und Schulungsberufe in Deutschland e.V. (VDBD) anmerkt. Wer vieles über Diabetes weiß und Rücksicht nimmt, hat es leichter die Festtage im Kreis der Familie zu genießen.**

Eine Stoffwechselerkrankung wie der Diabetes mellitus ist keine „heimliche“ Erkrankung. Sie erfordert regelmäßige Blutzuckerkontrollen und Insulininjektionen bei Typ-1-Diabetes, und beim Diabetes Typ 2 oft eine Ernährungsumstellung sowie die Einnahme von Medikamenten und/oder Insulin. Diese Maßnahmen sind sichtbar und prägen den Alltag des Betroffenen – und somit auch den der Familie. Bei Kindern mit Diabetes Typ 1, vor allem wenn die Krankheit in frühen Jahren diagnostiziert wurde, ist die Rolle der Familie zwangsläufig zentral, um das überlebenswichtige Diabetesmanagement zu sichern und es zugleich dem Kind beizubringen.

Aber auch bei erwachsenen Menschen mit Diabetes sollten die Angehörigen nicht außen vor bleiben. „Das Krankheitsmanagement liegt beim Betroffenen selbst“, sagt Dr. rer. medic. Nicola Haller, Vorsitzende des VDBD. Bei dieser Aufgabe könne die Familie jedoch wertvolle Unterstützung leisten: Nicht nur indem sie hilft, die Ernährung auf eine gesunde umzustellen oder zu mehr Bewegung und Sport zu ermuntern. Wichtig sei auch, dass die Angehörigen darüber Bescheid wüssten, was in Notsituationen zu tun sei. „Gerade die Lebenspartner wünschen sich oft, stärker in die Therapie eingebunden und genau über die Erkrankung, mögliche Folgen und geeignete Gegenmaßnahmen informiert zu sein“, ergänzt Haller. Auch spürten sie oft die Sorgen und Ängste der Betroffenen und suchten Rat, wie damit umzugehen ist. „Die psychische Belastung durch den Diabetes ist

nicht nur für den Betroffenen groß, auch die Angehörigen können seelische Probleme entwickeln“, so die Vorsitzende.

Der VDBD bildet daher Diabetesberaterinnen nicht nur für Patientenschulungen aus, sondern hat ein spezielles Schulungsprogramm für Angehörige und Freunde von Menschen mit Diabetes entwickelt. Mit dem verbandseigenen Schulungsprogramm für Angehörige „DiaLife – zusammen leben mit Diabetes“ werden die Teilnehmer unter anderem über die Grundlagen der Erkrankung informiert, über Insulintherapie, Notfallsituationen und häufige Folgeerkrankungen. „In einem der Unterrichtsmodule versuchen wir auch, den Alltag mit Diabetes für die Angehörigen nachempfindbar zu machen“, sagt Dr. Gottlobe Fabisch, Geschäftsführerin des VDBD und der VDBD AKADEMIE. So könnten neue Einblicke in die Krankheit gewonnen und das Verständnis für die Betroffenen verbessert werden. Nicht zuletzt werden im Rahmen der Schulungen auch Kommunikationsstrategien erlernt – denn die Grenze zwischen Unterstützung und informierter Krankheitsbegleitung einerseits und Bevormundung andererseits ist schmal und leicht zu überschreiten.

Und was bedeutet das für die Festtage? „Vielleicht hilft es, sich klarzumachen, dass wohl jedes Familienmitglied seine kleineren oder größeren persönlichen Probleme hat“, sagt Fabisch. In Familien mit chronisch Kranken komme es häufig vor, dass die Krankheit zum alles beherrschenden Thema werde und die Sorgen und Nöte anderer Familienmitglieder nur wenig beachtet würden. Dieses Ungleichgewicht sei häufig gar nicht im Sinne des Betroffenen. Die gemeinsame Zeit so normal und entspannt wie möglich zu verbringen, wäre das höchste Ziel.

**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](mailto:fabisch@vdbd.de)

Thieme Communications  
Michaela Richter  
Postfach 30 11 20, 70451 Stuttgart  
Tel: 0711 89 31-516  
E-Mail: [richter@medizinkommunikation.org](mailto:richter@medizinkommunikation.org)  
[www.vdbd.de](http://www.vdbd.de)  
[www.vdbd-akademie.de](http://www.vdbd-akademie.de)