



Menschen mit Diabetes verbinden Skiurlaub und Intensivschulung

BERICHT | ABBILDUNGEN

DR. EWA MAINSKI,
DIABETOLOGIN DDG
ANNELIESE HADINEK,
DIABETESBERATERIN DDG

KONTAKT VERANSTALTER
**SGR (SPORTVEREIN
FÜR GESUNDHEIT UND
REHABILITATION SEGEBERG)**
GUDRUN SCHMIDT
EICHENWEG 4
23829 WITTENBORN
TELEFON 04551/968492

Optimales Duo: Pflicht und Vergnügen

Ein nicht alltägliches Schulungskonzept für tabletten- und insulinpflichtige Menschen mit Typ 1- und Typ 2-Diabetes sowie für deren Partner wurde auch im vergangenen Jahr fortgeführt. Das Pilotprojekt war im Jahr 2001 ins Leben gerufen worden. Zum fünften Mal organisierten die Diabetologin Dr. Ewa Mainski und die Diabetesberaterin Annelise Hadinek aus Bad Segeberg eine Skifreizeit im Klostertal in Österreich, Voralberg.

Die Teilnehmer kombinierten eine Woche Skivergnügen mit intensiver täglicher Diabetesschulung mit den Schwerpunkten Therapieanpassung, Ernährung, Hypo- und Hyperglykämie. Unter ärztlicher Kontrolle wurden die Diabetiker auf die veränderten Bedingungen durch die körperliche Anstrengung individuell geschult und beraten, um Extremsituationen in Eigenregie meistern zu können.

Die täglich mehrfach gemessenen Blutzuckerwerte, die Grundlage der so genannten intensiven Therapie sind, wurden abends gemeinsam ausgewertet und gegebenenfalls für den nächsten Skitag korrigiert und angepasst.

OneTouch® UltraSmart® im Test

Die Intensivschulung wurde mit dem elektronischen Tagebuch mit Blutzucker-

Ski-Spaß mit Diabetes

messsystem OneTouch® UltraSmart® von LifeScan durchgeführt. Die Teilnehmer waren begeistert von dem kleinen Mini-computer, da sie damit auch in freier Natur in den Bergen auf einer Höhe von 2.200 Metern eine schnelle Messung in nur fünf Sekunden durchführen konnten. Da Gerät und Teststreifen ganz nah am Körper unter der Skikleidung getragen wurden, wiesen die Messungen selbst bei niedrigen Temperaturen von minus 16 Grad keine Fehlermeldungen auf.

Die Skifahrer nutzten auch die möglichen anderen Teststellen am Arm und schonten so die kalten Fingerbeeren. Die präzise und einfache Messung und die bequeme Handhabung wurden von den Diabetikern bestätigt. Auch das elektronische Diabetestagebuch wurde als sehr hilfreich angesehen: Denn durch die direkte Dateneingabe war hier das Mitführen eines handschriftlich geführten Diabetestagebuchs auf die Piste überflüssig. Alle diese Vorteile überzeugten die Teilnehmer, die sich freuten, auch in Zukunft mit dem vielseitigen und zuverlässigen OneTouch® UltraSmart® ihren Blutzucker bestimmen zu können.

Neben dem Pflichtteil kamen das Vergnügen und der Spaß am aktiven Sport natürlich nicht zu kurz. Wir erlebten wieder eine traumhafte Skiwoche. ■

