

zählen zu den Kohlenhydraten. Die meisten können ab einer individuellen Dosierung zu Blähungen, Bauchschmerzen und Durchfall führen. Deshalb müssen Lebensmittel, die mehr als 10% dieser Süßungsmittel enthalten, den Aufdruck vorweisen „kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken“. Die meisten Zuckeraustauschstoffe liefern Energie und haben im Vergleich zu Haushaltszucker eine schwächere Blutzucker-Wirkung. Deshalb wurden diese Stoffe früher in Diabetikerlebensmitteln verwendet.

Seit Oktober 2012 sind spezielle Diabetikerlebensmittel wie Diätkuchen oder -marmelade verboten. Im Handel sind beispielsweise zuckerfreie Plätzchen im Angebot. Diese haben für Diabetiker keinen Vorteil gegenüber normalen Produkten, da auch die zuckerfreien Plätzchen überwiegend aus Mehl bestehen und dieses die Hauptblutzuckerwirkung erzeugt. Zuckerfreie Bonbons dagegen haben nur schwache BZ-Wirkung. Ein weiteres Süßungsmittel ist Tagatose. Es hat kaum Auswirkung auf

den Blutzucker, kann aber bei übermäßigem Verzehr auch abführend wirken.

Die Ernährung ist ein wesentlicher Pfeiler, um den Blutzucker bei Diabetikern zu regulieren. Medikamente allein führen zu keiner zufriedenstellenden BZ-Einstellung. Deshalb sollte Diabetikern im Rahmen ihrer Möglichkeiten in Beratungen und Schulungen die notwendigen Kenntnisse zur Ernährung vermittelt werden.

*Diabetikern sollten die notwendigen Kenntnisse zur Ernährung in Beratungen und Schulungen vermittelt werden.*



**Dr. Karl-Heinz Krumwiede**  
Oecotrophologe  
Prof.-Ernst-Nathan-Str. 1  
90419 Nürnberg  
dr.krumwiede@t-online.de

## NEUE WEITERBILDUNG FÜR PFLEGENDE

### Kompaktkurs „Basisqualifikation Diabetes Pflege DDG“

**Die Zahl pflegebedürftiger Menschen mit Diabetes steigt stetig. Mit dem Kompaktkurs „Basisqualifikation Diabetes Pflege DDG“ bietet die Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG) praktische Hilfe und vermittelt Sicherheit bei der Pflege von Patienten mit Diabetes. Von der DDG qualifizierte Trainer bieten diese Kurse überregional an. Eine Liste der Trainer ist auf der Website abrufbar.**

Mit dem neuen Kompaktkurs reagiert die DDG auf einen wachsenden Bedarf – jedes Jahr erkranken etwa 270.000 Menschen in Deutschland neu an Diabetes Typ 2, schätzungsweise 500.000 Heimbewohner sind von der Stoffwechselstörung betroffen. Hinzu kommen jährlich zwei Millionen Menschen, die sich in Kliniken wegen anderer Krankheiten behandeln lassen und zusätzlich an einem Diabetes leiden. Auch in der ambulanten Pflege spielt der Diabetes eine bedeutende Rolle.

Durch das neue Angebot erwerben die Pflegenden Kenntnisse und Kompetenzen für die Bewältigung dieser Aufgabe. „Die Trainer vermitteln Wissen über Therapie, Folgen und Begleiterscheinungen des Diabetes“, so Dr. med. Jürgen Wernecke, Vorstand der Arbeitsgemeinschaft Geriatrie und Pflege der DDG. Ziel der Fortbildung ist es, die Zahl der Notfälle, aber auch Krankenhauseinweisungen und -aufenthaltsdauer zu reduzieren, das Entlassungsmanagement sowie die Kommunikation zwischen Pflegenden und Ärzten zu verbessern. „Bei den Bewohnern von Altenheimen ist darüber hinaus die Vermeidung von Unterzuckerungen sehr wichtig“, betont Wernecke. „Andernfalls drohen gefährliche Stürze, Herzrhythmusstörungen und das Fortschreiten einer Demenz.“

Zielgruppe des Kompaktkurses sind examinierte Pfleger und Pflegerinnen aus allen Versorgungssettings. Die Trainerteams haben ein spezielles Seminarprogramm der DDG durchlaufen. Die Anmeldungen erfolgen direkt über die Seminaranbieter. Auf der DDG-Webseite finden sich eine Liste aller Trainer und Trainerinnen, gelistet nach Postleitzahlen, sowie die aktuellen Seminartermine. Bei Bedarf können weitere Termine vereinbart werden. Die DDG-Geschäftsstelle steht für Fragen zur Basisqualifikation Diabetes Pflege DDG ebenfalls zur Verfügung.

Die Trainerteams verfügen sowohl über diabetologisch-ärztliche als auch über Diabetes beratende und pflegerische Qualifikationen. Die Fortbildung für Pflegenden umfasst 16 Stunden und kostet 275 Euro. Vermittelt werden vor allem Kompetenzen, um die Pflegeanamnese und die Pflege- und Maßnahmenplanung diabetesbezogen zu erheben bzw. zu gestalten. Zudem geht es darum, Notfälle, Komplikationen und Folgeerkrankungen im Zusammenhang mit einer Diabeteserkrankung zu vermeiden oder zu minimieren.

[www.deutsche-diabetes-gesellschaft.de](http://www.deutsche-diabetes-gesellschaft.de)