

Wegweiser Diabetes mellitus

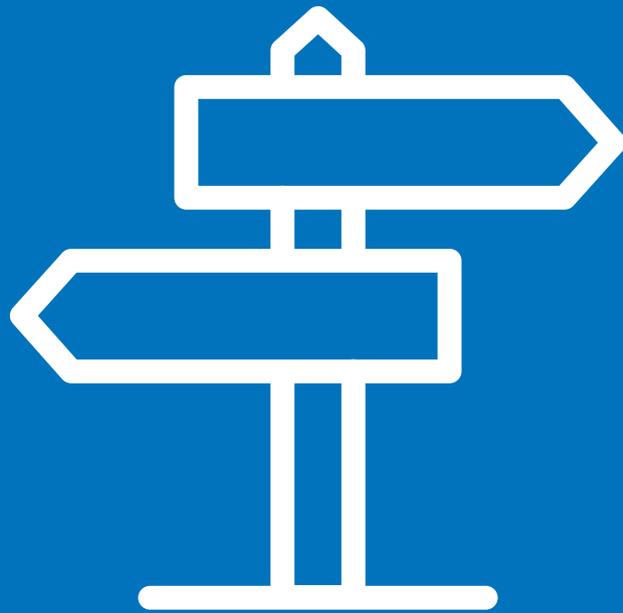




Inhaltsverzeichnis

- 5 **Grußwort**
- 7 **Einleitung**
- 8 **Diabetologen**
Diabetologische Schwerpunktpraxen
Diabeteszentrum
- 10 **Diabeteschulung**
- 11 **Ernährungsberatung**
- 12 **Fußambulanz**
- 12 **Podologen**
- 13 **Diabetes-Reha Sport**
- 13 **Selbsthilfe**
- 14 **Informationsquellen**
- 15 **Informationsquellen**
in verschiedenen Sprachen

H



N

Grußwort



Sehr geehrte Mitbürgerinnen und Mitbürger,

mit unserem aktuellen „Diabetes Wegweiser“ unterstützen wir Sie auf der Suche nach Anlaufstellen und Ansprechpartnern.

Alle, die unseren Wegweiser lesen, haben vermutlich Erfahrung mit dieser sehr häufigen Erkrankung oder haben Kontakt zu betroffenen Personen. Allein in Heilbronn sind über 10.000 Mitmenschen an Diabetes mellitus Typ 2 erkrankt, bundesweit über 7 Millionen Menschen. Erhöhte Blutzuckerwerte verursachen uns keine äußerlich bemerkbaren Beschwerden, deshalb ist dieser Diabetes so gefährlich.

Die gute Nachricht ist, dass betroffene Patienten im Anfangsstadium selbst sehr viel dafür tun können, die Krankheit zu steuern. Hier sind viel Bewegung, eine gesunde Ernährung und Gewichtsreduzierung gefragt. Dies sind auch die besten Tipps um einer solchen Erkrankung präventiv vorzubeugen. Eine gute medizinische Versorgung hilft, die Blutzuckerwerte in den Griff zu bekommen.

Diabetes ist aktuell Schwerpunktthema bei der Kommunalen Gesundheitskonferenz, die das Ziel hat Lösungskonzepte zu erarbeiten und geeignete Maßnahmen einzuleiten. Ich danke allen Mitwirkenden für ihren Einsatz und ihr Engagement.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Agnes Christner'. The signature is fluid and cursive, with a large initial 'A'.

Agnes Christner
Bürgermeisterin

**Gedacht heißt nicht immer gesagt,
gesagt heißt nicht immer richtig gehört,
gehört heißt nicht immer richtig verstanden,
verstanden heißt nicht immer einverstanden,
einverstanden heißt nicht immer angewendet,
angewendet heißt noch lange nicht beibehalten.**

Konrad Lorenz (1903-89), österreichischer Verhaltensforscher, 1973 Nobelpreisträger



Einleitung

Diabetes mellitus, im Volksmund auch Zuckerkrankheit genannt, bezeichnet eine Gruppe von Stoffwechselkrankheiten. Es gibt verschiedene Formen des Diabetes. Sie weisen alle erhöhte Blutzuckerwerte auf, haben aber unterschiedliche Ursachen.

Die häufigsten Formen des Diabetes sind:

- Diabetes mellitus Typ 1
- Diabetes mellitus Typ 2
- Schwangerschaftsdiabetes

Der **Diabetes mellitus Typ 1** ist eine Autoimmunerkrankung. Sie tritt vorwiegend bei Kindern und Jugendlichen auf. Bei einer Autoimmunkrankheit richtet sich das Immunsystem gegen körpereigene gesunde Strukturen. Hier produziert der Körper kein eigenes Insulin mehr. Es liegt ein vollständiger Insulinmangel vor.

Beim **Diabetes mellitus Typ 2** produziert der Körper eigenes Insulin. Mit der Zeit hat sich aber im Körper eine Insulinresistenz entwickelt, die zur Verminderung der Insulinwirkung führt. Hauptursachen dieser Diabetesform sind die Erbanlage, Übergewicht und Bewegungsmangel. Der Krankheitsbeginn liegt häufig im fortgeschrittenen Alter. Daher spricht man hier umgangssprachlich auch vom Alterszucker.

Der **Schwangerschaftsdiabetes** ist eine der häufigsten Schwangerschaftserkrankungen. Der Diabetes wird erstmals während einer Schwangerschaft entdeckt.

Durch einen schlecht eingestellten Diabetes werden viele Begleiterkrankungen verursacht. Dazu gehören koronare Herzerkrankung, Schlaganfall, Niereninsuffizienz, diabetischer Fuß, Augenschädigungen, Zahn- und Kiefererkrankungen sowie neurologische Störungen.

Für die Betroffenen kann es sehr schwierig sein, die richtigen Anlaufstellen zu finden. Dieser Wegweiser soll daher eine Hilfe bei der Suche sein. Er beinhaltet eine Übersicht von Diabetologen, Diabetologischen Schwerpunktpraxen und Kliniken sowie Podologen und anderen wichtigen Anlauf- und Informationsquellen. Bei der Ausarbeitung dieses Wegweisers haben wir selbst die Erfahrung gemacht, dass es nicht einfach ist, geeignete Anlaufstellen ausfindig zu machen. Deshalb sind in dem Wegweiser auch Links von zuverlässigen Suchplattformen und Informationsportalen aufgeführt. Darunter befinden sich Links zu Informationsquellen in verschiedenen Sprachen.

Neue Bürgerinnen und Bürger möchten wir auf die Plattform „Welcome in Heilbronn“ auf der Homepage der Stadt Heilbronn welcome.heilbronn.de hinweisen. Hier gibt es vielfältige Informationen in verschiedenen Sprachen. Unter anderem ist hier auch ein Ärzteverzeichnis hinterlegt.





Diabetologen

Diabetologische Schwerpunktpraxen

Diabeteszentrum



Diabetologie ist die medizinische Fachrichtung für die Behandlung des Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit).

Diabetologen sind Mediziner, die zusätzlich eine Ausbildung in der Diabetologie absolviert haben und Experten in diesem Fachgebiet sind.

Diabetologische Schwerpunktpraxen bieten qualifizierte ambulante Behandlung und Therapie für Diabetiker.

Diabeteszentren sind Kliniken, die von der Deutschen Diabetes-Gesellschaft (DDG) zertifiziert wurden und bestimmte Qualitätskriterien erfüllen müssen. Für spezielle Fragestellungen, Behandlungen und Schulungen können Haus- und Fachärzte ihre Patienten in die Diabetesambulanz überweisen.

Arztpraxen | Diabetologen

Dr. med. Gertrud Küster

Allgemeinmedizinerin
Diabetologin
Ludwigsburger Straße 10
74080 Heilbronn-Böckingen
Telefon: 07131 31224
Telefax: 07131 380987
E-Mail: praxis-dres.kuester@gmx.de

Dr. med. Sonja Küster

Allgemeinmedizinerin
Diabetologin
Ludwigsburger Straße 10
74080 Heilbronn-Böckingen
Telefon: 07131 31224
Telefax: 07131 380987
E-Mail: praxis-dres.kuester@gmx.de

Nils Möhle

Internist
Diabetologe
Riedweg 11
74078 Heilbronn-Frankenbach
Telefon: 07131 1231123
Telefax: 07131 1231124
E-Mail: praxis.moehle@moehle-web.de
www.hausarztpraxis-frankenbach.de

Axel Möller

Internist
Diabetologe
Staufenbergstraße 31
74081 Heilbronn-Sontheim
Telefon: 07131 5823422
Telefax: 07131 5823499
E-Mail: diabetes@staufenbergzentrum.de

Dr. med. Thomas Rudolph

Internist
Diabetologe DDG
Staufenbergstraße 31
74081 Heilbronn-Sontheim
Telefon: 07131 5823422
Telefax: 07131 5823499
E-Mail: diabetes@staufenbergzentrum.de

Dr. med. Tobias Armbruster

Allgemeinmediziner
Diabetologe DDG
Wilhelmstraße 25
74072 Heilbronn
Telefon: 07131 4055555
Telefax: 07131 4055556
E-Mail: praxis@hausarzt-armbruster.de
www.hausarzt-armbruster.de

Diabetologische Schwerpunktpraxis

Gemeinschaftspraxis Dr. med. Rudolph und Möller

Staufenbergstraße 31

74081 Heilbronn-Sontheim

Telefon: 07131 5823422

Telefax: 07131 5823499

E-Mail: diabetes@staufenbergzentrum.de



Diabeteszentrum

Die Medizinische Klinik II im Klinikum am Gesundbrunnen wurde ambulant und stationär von der Deutschen Diabetes-Gesellschaft (DDG) als zertifiziertes Diabeteszentrum Diabetologikum DDG mit diabetesspezifischem Qualitätsmanagement anerkannt.

Ebenso ist die Medizinische Klinik II ambulant und stationär von der DDG als Fußbehandlungseinrichtung für das Diabetische Fußsyndrom zertifiziert.

Medizinische Klinik II

Diabetesambulanz / Diabetische Fußambulanz / Gestationsdiabetes-Ambulanz

Prof. Dr. med. Uwe Weickert

Klinikdirektor, Leitung Diabeteszentrum

Facharzt für Innere Medizin

Facharzt für Gastroenterologie

Diabetologe (DDG und Landesärztekammer LÄK)

SLK-Kliniken Heilbronn GmbH

Am Gesundbrunnen 20-26

74078 Heilbronn-Neckargartach

Anmeldung über Frau Seitz-Bauer

Telefon: 07131 49-23501

Telefax: 07131 49-4723001

E-Mail: gabriele.seitz-bauer@slk-kliniken.de

www.slk-kliniken.de



Stationäre Diabetes-Schulungen

Anmeldung zu stationären Diabetes-Schulungen über das Diabetes-Sekretariat

Telefon: 07131 49-23515



Diabetesschulung

Menschen, die an Diabetes mellitus erkrankt sind, haben Anspruch auf eine Schulung. In dieser lernen sie, wie man im Alltag am besten mit der Krankheit umgeht. Dazu gehören insbesondere die richtige Blutzuckereinstellung, eine gesunde Ernährung, entsprechende Bewegung sowie das richtige Verhalten in Notfallsituationen.

Diabetes-Schulungszentrum

Heilbronn e.V.

Gartenstraße 55
74072 Heilbronn

Geschäftsstelle

Badener Straße 146
74074 Heilbronn

Telefon: 07131 1246846

Telefax: 07131 4055556

E-Mail: dsz-heilbronn@web.de

www.dsz-heilbronn.de

HINWEIS

Die Teilnahme an den Schulungen ist nur mit einer Überweisung des Hausarztes möglich. Sprechen Sie bitte Ihren Hausarzt darauf an.

Gemeinschaftspraxis

Dr. med. Rudolph und Möller

Staufenbergstraße 31
74081 Heilbronn-Sontheim

Telefon: 07131 5823422

Telefax: 07131 5823499

E-Mail: diabetes@staufenbergzentrum.de

AOK Betreuungsplan – Curaplan

Axel Voigt

Happelstraße 8

74074 Heilbronn

Telefon: 07131 38238-27

E-Mail: axel.voigt@bw.aok.de

www.aok.de/pk/bw/landingpages/curaplan

www.aok.de/pk/bw/inhalt/aok-curaplan-allgemeine-infos-5

Curaplan Diabetes mellitus Typ 2

www.aok.de/pk/bw/inhalt/curaplan-diabetes-typ-2-4

Curaplan Diabetes mellitus Typ 1

www.aok.de/pk/bw/inhalt/curaplan-diabetes-typ-1-5

Siehe auch unter
Diabeteszentrum
Seite 9.



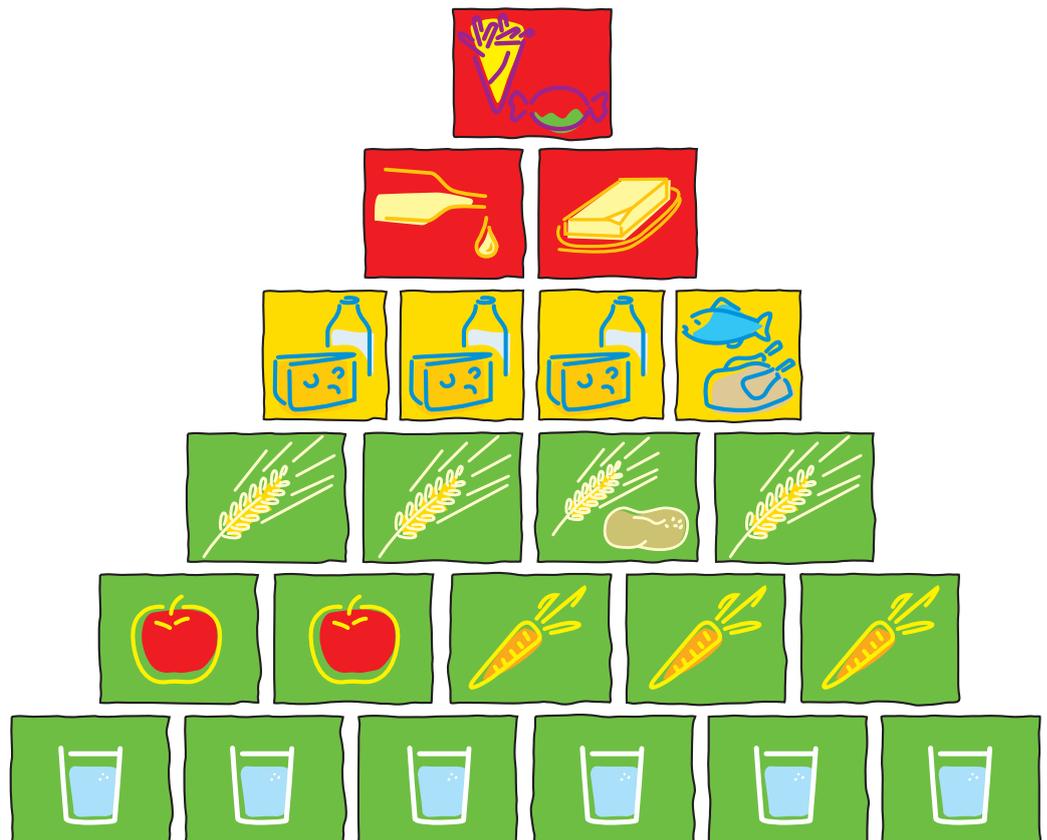
Ernährungsberatung

Eine der Hauptursachen für die Erkrankung an Diabetes mellitus Typ 2 ist eine ungesunde Ernährung. Bei einer Ernährungsberatung werden Informationen über eine ausgewogene Ernährung, angemessenes Essverhalten sowie die Wirkung von bestimmten Nahrungsmitteln vermittelt. Durch eine geeignete Ernährungsweise kann der Krankheitsverlauf bei Diabetes mellitus günstig beeinflusst werden.

Individuelle Ernährungsberatungen und Ernährungsprogramme können Sie bei Ihrer zuständigen Krankenkasse erfragen.



DIE ERNÄHRUNGSPYRAMIDE





Fußambulanz

Fußambulanzen sind Wundzentren zur Behandlung von Patienten mit diabetischem Fußsyndrom. Ziele der Fußambulanzen sind die Prävention, frühzeitige Diagnosestellung und Therapie von Fußverletzungen. Die Behandlung beinhaltet eine Beratung zur Schuhversorgung und erfolgt in Zusammenarbeit mit orthopädischen Schuhmachern.



Gemeinschaftspraxis

Dr. med. Rudolph und Möller

Staufenbergstraße 31

74081 Heilbronn-Sontheim

Telefon: 07131 5823422

Telefax: 07131 5823499

E-Mail: diabetes@staufenbergzentrum.de

Siehe auch unter
Diabeteszentrum
Seite 9.

Podologen

Podologie ist die nichtärztliche Heilkunde am Fuß.

Podologe ist aufgrund des Podologengesetzes ein medizinischer Fachberuf und nichtärztlicher Heilberuf zur Behandlung von Füßen. Sie sind qualifiziert geschult für die spezielle Fußbehandlung von Diabetikern. Die Leistungen können über Heilmittelverordnungen mit der Krankenkasse abgerechnet werden.

Arnold, Anette / Herzberg, Marina

Heidelberger Straße 41

74080 Heilbronn-Böckingen

Telefon: 07131 42207

Bissantz, Margarete

Frankfurter Straße 16

74072 Heilbronn

Telefon: 07131 8984930

Diabetes-Reha Sport

Eine weitere maßgebliche Ursache für die Erkrankung an Diabetes mellitus Typ 2 ist Bewegungsmangel. Bewegung ist daher ein Therapiebaustein. Der Arzt kann Diabetes-Reha Sport als Rehabilitationsmaßnahme verordnen, die wiederum von den Krankenkassen bezuschusst werden kann. Ihre Krankenkasse kann Ihnen Auskunft über Reha-Sportangebote erteilen. Auch einige Fitnessstudios bieten Reha-Kurse an. Eine Kosten-erstattung der Krankenkasse ist bei anerkannten und zertifizierten Reha-Kursanbietern möglich.

Möbel Rieger-Sportpark 18-90 der Turngemeinde Böckingen 1890 e.V.

Sinsheimer Straße 59
74080 Heilbronn
Reha-Sport-Leiterin: Anja Koppe
Telefon: 07131 1208380
E-Mail: anja.koppe@tg-boeckingen.com
www.sportpark1890.de

Verein für Prävention und Rehabilitation Heilbronn e.V. (PUR)

Telefon: 07131 1292351
E-Mail: info@pur-heilbronn.de
www.pur-heilbronn.de



**Individuelle Bewegungsberatungen und Bewegungsprogramme können Sie
auch bei Ihrer zuständigen Krankenkasse erfragen.**

Selbsthilfe

Selbsthilfegruppen sind selbstorganisierte Zusammenschlüsse von Menschen mit denselben Problemen oder Anliegen. Bei chronischen Krankheiten wie Diabetes mellitus bilden sich Selbsthilfegruppen zum Zwecke des Informations- und Erfahrungsaustausches sowie der gegenseitigen Hilfe, Unterstützung und Motivation von Betroffenen und Angehörigen.

Diabetiker-Vereinigung Stadt- und Landkreis Heilbronn e.V.

Elisabeth Staas
Schoettlestraße 20
74074 Heilbronn
Telefon: 07131 81748
E-Mail: info@diabetiker-hn.de
www.diabetiker-hn.de



Informationsquellen

Kassenärztliche Vereinigung Baden-Württemberg

www.arztsuche-bw.de

Deutscher Verband für Podologie (ZFD) e.V.

www.podo-deutschland.de/podologenliste

Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG)

www.deutsche-diabetes-gesellschaft.de

DBW Diabetiker Baden-Württemberg e.V.

www.diabetiker-bw.de

Deutscher Diabetiker Bund (DDB)

www.diabetikerbund.de

Deutscher Diabetiker Bund Regionalverband Baden-Württemberg

www.diabetikerbund.de/adressen/landes-und-regionalverbände

Diabetes Netzwerk Deutschland

www.diabetes-news.de

Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE)

www.ble.de

Bundeszentrum für Ernährung (BZfE)

www.ble.de/DE/BZfE/bzfe_node.de

www.ble-medienservice.de

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V.

www.dge.de

Ministerium für Soziales und Integration Baden-Württemberg

sozialministerium.baden-wuerttemberg.de

Landesgesundheitsamt Baden-Württemberg

www.gesundheitsamt-bw.de



Informationsquellen in verschiedenen Sprachen

Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG)

migration.deutsche-diabetes-gesellschaft.de/arbeitsmaterialien/materialien-in-fremdsprachen/diabetes-informationsmaterial-in-fremdsprachen

HealthReach – by the National Library of Medicine (NLM) Division of Specialized Information Services (SIS), Outreach and Special Populations Branch (OSPB)

migration.deutsche-diabetes-gesellschaft.de/index.php?id=2135

Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)

Patienteninformation.de

Deutsches Diabetes-Zentrum (DDZ)

Diabetes Informationsdienst

Erklärvideos zu Diabetes in Fremdsprachen

Diabetes-UK

www.diabetes.org.uk/Other_languages

Ethno-Medizinisches Zentrum/Hannover

Leitfaden: Diabetes – Informieren, Vorbeugen, Handeln
(scrollen Sie auf der Seite nach unten zu den Diabetes-Broschüren)

Ratgeber Gesundheit für Asylsuchende

IDF Life for a child – Informationen zu Diabetes und Kinder

IDF Life for a Child – Multilingual resources

Patient Education Institut

Diabetes-Informationen – Arabisch/Englisch

DDS – Deutsche Diabetes Stiftung

Gesundheitscheck Diabetes (FINDRISK) in 9 Sprachen

DIfE – Deutsches Institut für Ernährungsforschung

Diabetes-Risikotest für Typ-2-Diabetes (auf Englisch und Deutsch)

Willkommen-Seite der Stadt Heilbronn

welcome.heilbronn.de

IMPRESSUM

Herausgeber

Stadt Heilbronn
Geschäftsstelle
der Kommunalen Gesundheitskonferenz
Bahnhofstraße 2
74072 Heilbronn
Telefon: 07131 56-3540
Telefax: 07131 56-3539
Email: gesundheitsamt@heilbronn.de
www.heilbronn.de

Ausarbeitung

Dr. Liebert · Stadt Heilbronn Städtisches Gesundheitsamt
Birgit Baumgart · Stadt Heilbronn Städtisches Gesundheitsamt
Irina Richter · Stadt Heilbronn Inklusionsbeauftragte
Elisavet Nani · Stadt Heilbronn Stabsstelle Partizipation und Integration
Elisabeth Staas · Diabetiker-Vereinigung Stadt- und Landkreis Heilbronn e.V.
Natascha Reik · Deutsche Rentenversicherung BW
Sylvia Meier · AOK – Die Gesundheitskasse Heilbronn-Franken
Robert Riemer · Verbändekooperation ARGE B 52
Herbert Tabler · Stadtverband für Sport
Silke Ortwein · Deutscher Gewerkschaftsbund

Fotos

Titelbild und Seite 2: Designed by xb100 | Freepik
Seite 6: Designed by by jcomp | Freepik
Seite 7: Designed by rawpixel.com | Freepik
Seite 9, 10 und 13: Designed by Freepik
Seite 11: © Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE)
Seite 12: Designed by javi_indy | Freepik

Gestaltung

Stadt Heilbronn
Vermessungs- und Katasteramt

Druck

Handelsdruckerei Georg Hohmann GmbH
74072 Heilbronn

HINWEIS IN EIGENER SACHE

Diese Broschüre erhebt keinen
Anspruch auf Vollständigkeit.
Alle Angaben erfolgen
ohne Gewähr.

Weitere Informationen zur
Kommunalen Gesundheitskonferenz finden Sie unter:

www.heilbronn.de/leben/gesundheit/staedtisches-gesundheitsamt/kommunale-gesundheitskonferenz

