Was ist das DMP?

Informationen über das Diabetes mellitus - Programm

Wenn Sie Diabetes mellitus haben, sollten Sie Sich regelmäßig **bei Ihrem Hausarzt** untersuchen lassen. Dafür gibt es für ein Vorsorge- und Behandlungsprogramm der gesetzlichen Krankenkassen. Dieses heißt DMP (Disease Management-Program). Viele Krankenkassen haben zusätzlich einen eigenen Namen dafür, z. B. „Curaplan“, „bleib gesund“ oder „Besser-Leben“. Diese Programme ermöglichen es den Erkrankten, alle erforderlichen und sinnvollen ärztlichen Untersuchungen in regelmäßigen Abständen durchführen zu lassen. Die **Einschreibung erfolgt bei Ihrem Hausarzt** mit einem speziellen Formular.
Diabetes tut nicht weh, und wenn er Beschwerden macht, ist der Blutzucker schon viel zu hoch, nämlich über 200 mg/dl. Von den Betroffenen unbemerkt, kann hoher Blutzucker im Körper Schäden anrichten, die nicht wieder verschwinden und die sehr wohl Beschwerden machen. Deshalb gibt es das Vorsorgeprogramm, mit dem frühzeitig erkannt wird, ob sich diabetische Folgeerkrankungen entwickeln. Denn je früher man diese erkennt, desto besser kann man sie aufhalten oder behandeln.

Folgende Untersuchungen werden vierteljährlich durchgeführt:

- **Körpergewicht**: Übergewicht behindert die Insulinwirkung und begünstigt viele Krankheiten.
- **Blutdruckmessung:** Bluthochdruck ist der häufigste „Begleiter“ des Diabetes. Bitte nehmen sie am Untersuchungstag Ihre üblichen Medikamente mit einem Schluck Wasser ein, auch wenn sie ansonsten nüchtern bleiben sollen.
- **Nüchtern- Blutzucker:** Kommen Sie möglichst vor 8.30 Uhr zur Blutentnahme ohne vorher gegessen oder kalorienhaltige Getränke getrunken zu haben.
- **HbA1c-Wert:** Dieser zeigt, wieviel Zucker sich in den vergangen 8 – 12 Wochen in Ihrem Blut angesammelt hat. Deshalb bestimmt man ihn nur einmal im Vierteljahr.
- **Rauchen:** Hat ähnlich schädliche Auswirkungen auf die Blutgefäße, wie hoher Blutzucker. Bitte teilen Sie uns mit, ob sie rauchen.
- **Creatinin/GFR:** Das sind Nierenwerte im Blut. Sie zeigen uns, ob Ihre Nieren gut arbeiten.
- Bei Insulinbehandlung teilen Sie uns bitte mit, ob Sie in den letzten Wochen schwere Unterzuckerungen hatten. Wenn Sie durch das Insulinspritzen Verhärtungen oder blaue Flecken haben, zeigen Sie diese bitte.

Diese Untersuchungen werden zusätzlich einmal jährlich durchgeführt:

- **LDL-Cholesterin**: Blutfett, dass die Adern verkalken lässt. Es steigt bei Diabetes an
- **GPT**: Ein Leberwert, der anzeigt, ob die Leber so stark verfettet ist, dass sie nicht mehr richtig arbeiten kann
- **Mikroalbumin**: Eiweiß im Urin, das auf eine Nierenschwäche hindeuten kann
- **Fußinspektion**: Diabetes kann Nervenstörungen, Taubheit und Durchblutungs-störungen in den Füßen verursachen. Eine Fehlstellung der Füße (Senkspreizfuß oder Hallux valgus) erhöht das Risiko für Druckstellen und Wunden
- **Augenärztliche Untersuchung** des Augenhintergrundes: Solange Ihre Augen gesund sind, muss diese Untersuchung mindestens alle 2 Jahre durchgeführt werden. Wie groß die Abstände zwischen den Kontrollen sein dürfen, sagt Ihnen jedoch Ihr Augenarzt. *Bitte bringen Sie uns den Augenfachärztlichen Untersuchungsbogen mit.*

Die Ergebnisse Ihrer Untersuchungen sollten Sie in den Folgetagen mit uns besprechen, So können wir, wenn nötig, Ihre Medikamente anpassen oder ändern. Gern tragen wir die Befunde in Ihren blauen Diabetespass ein, oder geben Ihnen einen Ausdruck mit.

* * *

Ein weiterer wichtiger Bestandteil des Diabetes-Programms ist die **Patienten-Schulung**. Hier wird den Betroffenen in einem mehrwöchigen Kursus vermittelt, wie die Krankheit entsteht und wie sie - neben Medikamenten - durch gesundheitsförderndes Verhalten behandelt werden kann. Der Kurs enthält eine kostenlose Ernährungsberatung und wichtige Informationen über das Leben mit Diabetes mellitus. Jeder Diabetiker sollte eine Diabetes-Schulung besucht haben. Bei Interesse sprechen Sie uns gerne an.

* * *

Wenn Sie **Diabetes mellitus Typ 2** haben und noch nicht am DMP-Programm teilnehmen, lassen Sie Sich bitte **beim Hausarzt einschreiben**. Dies geschieht mit einem rosa Formular, das unterschrieben und an die Krankenkasse geschickt werden muss. Falls erforderlich, können Sie mit Überweisung des Hausarztes zusätzlich unsere Praxis aufsuchen.
Wenn Sie in unserer Praxis hausärztlich betreut werden, sprechen Sie uns bitte an. Bei **Diabetes mellitus Typ 1** kann nur eine **diabetologische Praxis** Sie in das DMP-Programm einschreiben.

Die Teilnahme an dieser Vorsorgemaßnahme ist freiwillig. Allerdings kann Ihre Krankenkasse das Programm beenden, wenn Sie nicht regelmäßig zur Kontrolle gehen.

Ziel des Diabetes-Prorgamms ist es, durch regelmäßige Kontrolluntersuchungen aller betroffenen Organe diabetische Folgeerkrankungen zu verhindern, und bereits bestehende Diabetesfolgen aufzuhalten. Denn vorbeugen ist besser als behandeln.

Falls Sie Fragen haben, sprechen Sie bitte unsere Diabetesfachkräfte an

Vielen Dank,
Ihr Diabetes-Team der Praxis Dr. Könemann