

Treff St. Kilian Injektionstechniken



Mascha Hanselko (stehend) und Carmen Kleinschmitz von der Firma Berlin Chemie berichteten von neuen Leitlinien zur Insulininjektion und machten auf Injektionsfehler aufmerksam. Außerdem stellten sie die neuen BerliPens vor und hatten die Broschüre „Diabetes: Ihr Recht im Alltag“ mitgebracht.

Kurz zusammengefasst:



- Die Haut ist bei allen überall gleich dick, nämlich ca. 2 mm (unabhängig von BMI, Alter oder Geschlecht).
- Mit 4er- oder 5er-Nadeln kann ohne Hautfalte gespritzt werden, mit 6er- oder 8er-Nadeln soll in einem 45-Grad-Winkel in die Hautfalte gespritzt werden (längere Nadeln sind grundsätzlich nicht erforderlich).
- Normalinsulin soll in den Bauch, Basalinsulin in die Beine oder das Gesäß gespritzt werden.
- Keinesfalls in den Muskel spritzen; die Resorptionsgeschwindigkeit ist oberhalb des Nabels am höchsten.
- Basalinsulin ordentlich mischen (etwa 20 x!); Nadeln nur einmal verwenden, um Lipohypertrophien zu vermeiden; niemals in Lipohypertrophien spritzen.
- Beim BerliPen Areo2 („Junior“ mit 0,5 Einheiten) können nicht mehr Einheiten aufgezogen werden als noch Insulin in der Ampulle ist.
- Die Broschüre von Autor Rechtsanwalt Oliver Ebert behandelt die Themen Schwerbehinderung, Arbeitsleben, Straßenverkehr und allgemeine Rechtsprobleme - sie ist eine schöne Zusammenfassung (bei unseren Treffen zu erhalten).

Veranstaltungen

Patiententag in Bad Mergentheim Sonntag, 08. Mai, 09.45 bis 15.30 Uhr

Die Diabetesakademie veranstaltet ihr Diabetes-Forum für Patienten zum 29. Mal. Die Themen sind u.a.:

- Hypoglykämien (gefährlich und häufig unterschätzt),
- Schlankbleiben beginnt im Kindergarten,
- Stoffwechselkontrolle (wie kann der PC helfen?)
- Wie spreche ich mit meinem Arzt? (Tipps zur besseren Kommunikation)

Infos unter 07931/594-101

Treff in Großenbstadt - Pizzeria Bella Napoli Donnerstag, 05.05., 19.30 Uhr

Birgit und Otto Knobling haben die Leitung des Treffs für den Landkreis Rhön-Grabfeld an Andreas und Anja Bördlein abgegeben. An diesem Abend besteht Gelegenheit, die „Neuen“ kennenzulernen. Bei Pizza und Pasta gibt es genügend Gelegenheit zum Gedankenaustausch und zum Entleihen von Büchern aus unserer großen Diabetesbibliothek. Auch die neue Broschüre „Diabetes: Ihr Recht im Alltag“ ist zu erhalten.

Camp D in Bad Seegeberg 07.—10. Juli 2011

700 Teilnehmer im Alter von 16 bis 25 Jahren werden im Zeltcamp in Bad Seegeberg zum Erlebniscamp für junge Menschen mit Diabetes erwartet. Das dritte Camp D nach 2006 und 2008 organisieren Novo Nordisk und Bayer Vital zusammen. Die Kosten betragen nur 99 EUR (incl. Anreise!). Der Andrang dürfte wieder groß sein, die Anmeldung ist bereits seit Dezember möglich. www.campd.info



INFO-Post Nr. 132

März/April 2011

Noch Fragen?

Norbert Mohr (NM)
Bernroder Str. 25
97493 Bergheimfeld
Tel.: (0 97 21) 93 32 08
E-Mail: kontakt@diabetiker-schweinfurt.de
V.i.S.d.P.
Auflage: 480



www.diabetiker-schweinfurt.de

Der Rutsch ins kühle Nass

von Niko Weigl



Die Teenies und Twens machten sich Mitte März auf und fuhren 35 „Mann“ hoch mit dem Bus in die Therme Erding bzw. ins „Galaxy-Rutschenparadies“. Die Therme Erding ist die größte Thermen-Welt Europas!



Insgesamt hatten wir 6,5 Stunden Zeit, die 16 Rutschen mit insgesamt 1400 Rutschenmetern sowie das Themenparadies mit Massagedüsen,

Strömungskanal, Perlbad, Sprudelliegen uvm. auszuprobieren. Wie immer verging die Zeit viel zu schnell und wir traten um 18:00 Uhr die Heimfahrt an. Sowohl auf der Hin- als auch Rückfahrt verkürzte uns ein Disneyfilm die etwa 3,5 Stunden lange Fahrt. Ein kurzer Zwischenstopp bei McDonald's zum BE-Schätzen durfte natürlich nicht fehlen.

Wir lernten viel über die Absenkung der Basalrate bzw. die Notwendigkeit, zusätzliche Sport-BE zu sich zu nehmen.



Herzlicher Dank ergeht an Tanja Ün, Diabetesberaterin DDG, für die fachliche Betreuung (links im Bild).

Schulungstage 2011 Wörthersee / Österreich

Unsere SHG bietet in der Zeit von

Sa., 06.08. bis Sa., 13.08.2011

Schulungstage am Wörthersee an.

Wir fahren nach Velden am Wörthersee in Österreich. Dort sind wir im Jugendgästehaus Cap Wörth untergebracht. Ihr gehört insbesondere dann zur Zielgruppe der diesjährigen Schulungstage, wenn ihr **im Alter von 14 bis 16 Jahren** seid.

Preis für Mitglieder
nur 270 EUR!

Interessenten fordern
bitte die Ausschreibungsunterlagen bei mir an. NM

Noch drei Plätze frei!



SHG nimmt teil bei der Aktion Vereinsmeier 2011

Liebe Mitglieder und Freunde unserer SHG,
bitte unterstützt unsere Bewerbung im Internet!

(Bewertung ist täglich möglich)

Das Würzburger Hofbräu betreibt eine Aktion „Vereinsmeier“, an der wir mit unserer Gruppe teilnehmen. In verschiedenen Kategorien werden Geldmittel ausgeschüttet, um Aktionen der Vereine zu fördern. Wir bewerben uns im Bereich „Soziales“ – logo.



Hier der Link:

<http://www.wuerzburger-hofbraeu-vereinsmeier.de/vereinsuebersicht>



Mit etwas Glück können wir einen der Preise (2000, 1500 oder 500 EUR) gewinnen. Monatlich lädt die Brauerei auch zu einer Besichtigung mit Brotzeit ein. Ich glaube, so einen Termin könnten wir noch in unserem Jahresprogramm unterbringen. NM

