

## Leben mit Typ-1-Diabetes



Typ-1-Diabetes ist nicht heilbar. Es lässt sich aber, unter Beachtung einiger Voraussetzungen, ein normales Leben führen. Wichtig dabei ist für jeden Patienten mit Typ-1-Diabetes, regelmäßig das lebensnotwendige Insulin zuzuführen - entweder über Spritzen beziehungsweise Pens oder über eine Insulinpumpe. Neben der Versorgung mit Insulin zum Essen muss zusätzlich eine Grundversorgung des Körpers gewährleistet sein. Der Grund dafür besteht darin, dass Insulin nicht nur für die Aufnahme der Glukose in die Zellen entscheidend ist, sondern dass dem Insulin auch die Rolle zukommt, Stoffwechselwege zu kontrollieren. Bei einem Insulinmangel wird beispielsweise übermäßig viel Glukose in der Leber neu gebildet, was zu einem zusätzlichen Anstieg des Blutzuckers führt. Auch wird vermehrt Fett abgebaut, was die Entstehung von Ketonkörpern begünstigt. Für die Behandlung eines Patienten mit Typ-1-Diabetes bedeutet dies, dass er auch in Fastenzuständen, wie etwa infolge eines Magen-Darm-Infektes, immer langwirksames Insulin spritzen muss.

Die regelmäßige Kontrolle und normnahe Einstellung des Blutzuckers ist unabdingbar, sowohl um akute Entgleisungen des Stoffwechsels wie eine Unterzuckerung (Hypoglykämie) oder zu hohe Blutzuckerwerte zu verhindern, als auch um diabetische Spätschäden wie Netzhauterkrankungen (Retinopathie), Nervenschädigungen (Neuropathie), Nierenkrankheiten (Nephropathie) und Gefäßverkalkung (Arteriosklerose) zu vermeiden oder hinauszuzögern.



Die betroffenen Kinder können in der Regel selbstständig mit Ihrer Diabetes-Erkrankung umgehen und wissen auch, wie und wann sie Insulin spritzen müssen. Sie beherrschen im Allgemeinen ihre Therapie sehr gut und ihnen ist die Teilnahme am Unterricht ebenso wie an außerschulischen Aktivitäten problemlos möglich. Sehr

junge Kinder, z. B. die Schüler der ersten und zweiten Klasse, können allerdings mit der Interpretation der gemessenen Werte überfordert sein. Die Lehrkörper können hier gezielt Unterstützung liefern, die Werte ablesen und - basierend auf einer Tabelle - entsprechende Maßnahmen gemeinsam mit dem betroffenen Kind ergreifen. Zur Sicherstellung einer guten Stoffwechsellage und um das Unterzuckerungsrisiko zu verringern, sollte der Lehrer im Unterricht und vor allem bei außerschulischen Veranstaltungen, z. B. einem Wandertag auf die Nahrungsaufnahme der betroffenen Kinder achten. Kinder mit Diabetes sollten - gerade wenn sie über längere Zeit spielen - gegebenenfalls daran erinnert werden, etwas zu essen, um Unterzuckerungen zu vermeiden. Als Lehrkraft empfiehlt es sich zudem, eine Notfallration wie Traubenzucker dabei zu haben. Dauert der Unterricht länger als eine Stunde, sollte spätestens nach einer Stunde eine Blutzuckerkontrolle erfolgen.