

# Sieben Schritte führen bei der Diabetestherapie zum Ziel:

## Therapieziele:

- Erhalt bzw. Verbesserung der durch Diabetes beeinträchtigten **Lebensqualität**
- Vermeiden von **Symptomen** der Erkrankung
- Vermeiden von **Akut- und Folgekomplikationen**
- Vermeiden von vorzeitigem **Sterben** aufgrund des Diabetes

Start

## Überprüfen des Therapieplans und Zustimmung

- Überprüfen des bisherigen Therapieplans
- gemeinsame Entscheidung bei Veränderungen und Anpassungen des Therapieplans
- Sicherstellen, dass Veränderungen rasch umgesetzt werden, um „klinische Trägheit“ zu vermeiden
- dieser Entscheidungs-Zyklus sollte regelmäßig durchgeführt und durchlaufen werden

## Bewerten der Eigenschaften des Menschen mit Diabetes

- aktueller Lebensstil, Lebenssituation
- Begleiterkrankungen (z. B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen, chronische Nierenschwäche, Netzhauterkrankung)
- klinische Merkmale (z. B. Alter, HbA<sub>1c</sub>, Gewicht, Risiko für Unterzuckerungen)
- Probleme beim Umsetzen der Therapie (z. B. Wissens- und Motivationsdefizite, Depression)
- kultureller und finanzieller Hintergrund

## Monitoring und Unterstützung

- Situation des Glukosestoffwechsels
- Verträglichkeit der Therapie
- Umsetzen der Therapie
- emotionales Wohlbefinden
- Rückmeldung der Werte wie HbA<sub>1c</sub>, Glukose, Blutdruck, Blutfette an Person mit Diabetes
- digitale Unterstützung bei Umsetzen der Therapie, Monitoring, Ziel-Erreichung

## Berücksichtigung spezifischer Faktoren, die die Therapiewahl beeinflussen

- individuelles HbA<sub>1c</sub> Ziel
- Nebenwirkungen der Therapie (z. B. Gewicht, Unterzuckerungen)
- Komplexität des Therapieplans (z. B. Häufigkeit des Umsetzens der Therapie)
- Beibehalten einer Therapieform
- Kosten der Therapie und mögliche Hürden dabei

## Umsetzen des Therapieplans

- Dokumentation von Therapiezielen und des Therapieplans
- Vereinbarung über die nächsten Kontakte
- Personen mit Diabetes, die gemeinsam vereinbarte Ziele nicht erreichen, sollten generell mindestens alle drei Monate gesehen werden

## Gemeinsame Einigung auf einen Therapieplan

- SMART(e) Ziele festlegen: spezifisch, messbar, akzeptiert, realistisch, terminiert
- Vereinbarung über Therapieziele

## Gemeinsame Entscheidungsfindung zum Erstellen eines Therapieplans

- aktive Beteiligung des informierten Menschen mit Diabetes (und ggf. Angehöriger)
- Berücksichtigung von Wünschen, Zielen und Präferenzen einer Person mit Diabetes
- realistische Einschätzung der Möglichkeiten der Person mit Diabetes zum Umsetzen der Therapie (z. B. Barrieren, mangelnde Fähigkeiten, Fertigkeiten)
- Berücksichtigung motivationaler Aspekte
- mögliche Schulungsdefizite erfassen und ggf. Zugang zur strukturierten Schulung sicherstellen