

Rainer Paust

Dr. med. Heiner Ellebracht

Fit und selbstbewusst mit Diabetes

- Kraftquellen erkennen und nutzen
- Für mehr Selbstbewusstsein und Lebensqualität
- Mental-Check und Gesundheit planen



Verlag Gesundheit
MEDICUS

Vorwort

Große Fortschritte hat die Diabetologie nicht nur im Verstehen der unterschiedlichen Diabetesformen, sondern auch in der Diabetesführung gemacht. Speziell in Deutschland haben die Aktivitäten der Deutschen Diabetes Gesellschaft im Rahmen der ärztlichen Weiterbildung zum Diabetologen zu großen Erfolgen bei der Betreuung des Diabetikers geführt.

Früher kaum denkbare Freiheiten und Flexibilität sind heute vielfach Realität geworden, weisen aber gleichzeitig dem Diabetiker und seinem behandelnden Arzt ein hohes Maß an Verantwortung zu.

Als 1985 das Diabetes-Zentrum am Elisabeth-Krankenhaus in Essen eröffnet wurde, trugen wir bewusst ein Wort von Goethe in unsere Schulungs- und Therapiebemühungen: »Zwar weiß ich viel, doch möcht' ich alles wissen« (Faust).

Dieser hohe Anspruch an das Schulungsteam und in besonderem Maße an den Diabetiker ist die unumgängliche Voraussetzung für ein erfolgreiches »Management« der Zuckerkrankheit. Dieser Anspruch gilt für alle chronischen Erkrankungen gleichermaßen, wegen der Allgegenwärtigkeit der therapeutischen Anforderungen und Konsequenzen aber ganz besonders für alle Diabetesformen.

Bei unserer Arbeit unter dem oben genannten hohen Goetheschen Anspruch war uns von Anfang an bewusst, dass eine konsequente Aufklärung und Schulung nur mit einer begleitenden, intensiven psychosozialen Betreuung und Hilfestellung erfolgreich sein kann. Die umfassende Aufklärung und Schulung, das weitgehende Übertragen der therapeutischen Verantwortung auf den Diabetiker ist zwangsweise mit einer großen Verunsicherung, mit erheblichen psychosozialen Belastungen verbunden.

So ist das vorliegende Buch von Rainer Paust, selbst Betroffener und langjähriger psychosozialer Betreuer am Diabetes-Zentrum, und Dr. Heiner Ellebracht, Arzt und Berater, eine wahre Fundgrube großer Hilfen für jeden Diabetiker. Die Lektüre dieses Buches wird

ihm helfen, die komplexen Zusammenhänge seiner Krankheit zu verstehen, zu akzeptieren, in die Hand zu nehmen und die unausweichlich zu erwartenden psychosomatischen und psychosozialen Probleme zu meistern.

Professor Dr. med. Jörg Bertrams
Diabetologe DDG
Diabetes-Zentrum am Elisabeth-Krankenhaus Essen