



## Herzlich Willkommen an der Diabetes-Akademie



Liebe Kinder und Jugendliche,  
liebe Eltern,

ganz herzlich laden wir auch dieses Jahr wieder zum Kinder- und Jugendtag an die Diabetes-Akademie Bad Mergentheim ein. Wie in den vergangenen Jahren bieten wir wieder eine Vielzahl von interessanten Vorträgen und Workshops rund um das Thema „Diabetes bei Kindern und Jugendlichen“ an. Während die Eltern die Vorträge und Workshops besuchen, sorgen die verschiedenen Treffpunkte für die Kinder und Jugendlichen sicherlich für Sport, Spaß und Unterhaltung. Viele interessante Redner und Therapeuten werden einen bunten Mix aus diabetesrelevanten Themen präsentieren. Der Erfahrungsaustausch untereinander ergänzt den Kinder- und Jugendtag an der Diabetes-Akademie Bad Mergentheim.

Die Themen sind so gewählt, dass alles, was den Diabetes leichter und die Therapie effektiver macht, präsentiert wird. Natürlich gibt es auch die Möglichkeit, mit den Referenten zu diskutieren und sich untereinander auszutauschen. Es erwartet Sie ein interessanter und abwechslungsreicher Tag, an den man sich gerne erinnern wird. Seien Sie daher herzlich eingeladen, diese Veranstaltung speziell für Kinder und Jugendliche mit Diabetes und deren Eltern zu besuchen.

Herzlichst  
Ihre

**Prof. Dr. med. Thomas Haak**  
Internist, Endokrinologe und Diabetologe  
Chefarzt

**Prof. Dr. phil. Bernhard Kulzer**  
Kinder- und Jugendlichen-  
Psychotherapeut

**Dr. med. Dr. oec. troph. Susanne Brämswig**  
Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin  
Oberärztin

## Programm – für Gross und Klein

- 10.00 Begrüßung im Kursaal  
*Prof. Dr. med. Thomas Haak, Bad Mergentheim*
- 10.05 **Beginn „Kreativ-Treffpunkt“ & Kinderbetreuung  
sowie Beginn „Leichtathletik-Treffpunkt“**  
*Aktiv werden mit der Leichtathletin Stephanie Hill*  
▶▶▶ Bitte bequeme Sportkleidung mitbringen. ◀◀◀
- 10.05 **Warum ist Konsequenz in der Kindererziehung wichtig?**  
*Dr. rer. nat. Heike Saßmann, Hannover*
- 10.30 **„Nix los in der Birne“ –  
Auswirkungen von Unter- und Überzuckerungen**  
*Dr. med. Martin Holder, Stuttgart*
- 11.00 Pause
- 11.20 **Diabetes und einseitige Ernährung –  
wo liegen die Gefahren?**  
*Joana Greiner, Diabetesberaterin DDG, Bad Mergentheim*
- 11.40 **CGM, FGM, neue Insulinpumpen –  
machen sie die Diabetestherapie tatsächlich einfacher?**  
*Dr. med. Louisa van den Boom, Frankfurt*
- 12.05 Pause
- 12.15 **Workshops I – Bitte 1 Workshop auswählen**
1. **Zöliakie – Umgang mit  
einer weiteren Herausforderung** *Dr. med. Dr. oec. troph.  
Susanne Brämswig*
  2. **Sensorunterstützte Insulintherapie –  
Voraussetzungen, praktische Aspekte, Bezahlung** *Dr. Martin Holder*
  3. **Austausch zwischen Eltern –  
mit anderen Eltern diskutieren** *Kathy Dalingen &  
Mandy Leinfelder*
  4. **Überforderung oder Nutzen –  
wie erleben Sie CGM/FGM?** *Prof. Dr. phil.  
Bernhard Kulzer*
  5. **Kinder und Jugendliche im  
Umgang mit Diabetes stärken –  
welche bewährten Strategien gibt es?** *Elisabeth Holler  
Diplom-Psychologin*
- 13.00 Gemeinsames Mittagessen (*im Best Western Premier Parkhotel*)
- 14.00 **Workshops II – Bitte anderen Workshop auswählen (s. o.)**
- 14.45 Gedankenaustausch Eltern & Kids mit anderen Familien
- 15.00 **Großes „Come together“ im Kursaal**  
Rückblick über die Referate und Workshops  
*mit Prof. Dr. Haak, Prof. Dr. Kulzer und Dr. Dr. Brämswig  
sowie den Referenten & Workshopleitern*
- 15.30 Ende der Veranstaltung

## **Zöliakie – Umgang mit einer weiteren Herausforderung**

Frau Dr. Dr. Susanne Brämswig ist Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin und Oecotrophologin (Ernährungswissenschaftlerin). Nach zunächst einigen beruflichen Jahren in der Ernährungs- bzw. klinischen Forschung, war sie in den letzten acht Jahren als Kinderärztin in der Kinderklinik in Rosenheim tätig. Seit Juli dieses Jahres betreut sie hier im Diabetischen Zentrum Mergentheim als Oberärztin den Bereich Kinder- und Jugenddiabetologie.



Als Ärztin und Ernährungswissenschaftlerin wird immer wieder deutlich, dass bei vielen Erkrankungen die Ernährung bzw. einzelne Lebensmittelbestandteile von großer Bedeutung sind. Dies ist in erheblichem Maße bei Patienten mit Diabetes mellitus der Fall. Aber auch bei anderen Erkrankungen, wie beispielsweise einer Zöliakie, spielt der Blick auf die Ernährung eine wesentliche Rolle.

Für Sie als Eltern und betroffene Kinder bzw. Jugendliche ist daher die Auseinandersetzung mit Fragen rund um 's Essen im Alltag ein wichtiger Baustein im Management des Diabetes und gehört quasi „zum täglichen Brot“. Kommt zusätzlich noch eine Glutenunverträglichkeit hinzu, werden weitere Überlegungen notwendig.

In diesem Workshop soll es zum Einen darum gehen, einige grundsätzliche Informationen zur Zöliakie zu vermitteln. Zum Anderen soll Zeit für einen gegenseitigen Erfahrungsaustausch und für Diskussion bei Schwierigkeiten in der Umsetzung im Alltag sein.

## **Warum ist Konsequenz in der Kindererziehung wichtig?**

Ist Konsequenz in der Kindererziehung wirklich wichtig? Aus Sicht der Kinder vielleicht nicht. „Kinder-ohne-Grenzen“ und „alles-ist-erlaubt“ – eine tolle Vorstellung für jedes Kind. Wenn es nur nochmal und noch lauter protestiert, darf es so lange fernsehen, so viele Süßigkeiten essen wie es will, muss es sich die Zähne nicht putzen, bekommt etwas gekauft usw.

Und nicht nur für Kinder hört sich dieses Konzept verlockend an: Endlich müssen wir als Eltern uns nicht mehr mit unseren Kindern streiten oder uns irgendwelche Maßnahmen überlegen, mit denen wir Forderungen durchsetzen können.

Ist das auf Dauer möglich?  
Und wenn ja, ist es hilfreich und sinnvoll?

Der Vortrag geht der Frage nach, ob Konsequenz in der Kindererziehung wichtig ist und ob Eltern auch ein bisschen konsequent sein können. Möglichkeiten zum konsequenten Handeln im Erziehungsalltag werden im Überblick vorgestellt.

Dr. rer. nat. Heike Saßmann ist Diplom-Psychologin und Psychologische Psychotherapeutin. Sie ist als wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Medizinischen Hochschule Hannover tätig und Mitglied der „Arbeitsgemeinschaft pädiatrischer Diabetologie“ (AGPD) der Deutschen Diabetes Gesellschaft (DDG) e. V. und der Deutschen Gesellschaft für Kinderheilkunde und Jugendmedizin (DGKJ) e. V.



Arbeitsschwerpunkte sind die Weiterentwicklung und Evaluation von Schulungsprogrammen für Kinder und Jugendliche mit Diabetes Typ 1 sowie von Elterntrainings für Eltern chronisch kranker Kinder.

### „Nix los in der Birne“ – Auswirkungen von Unter- und Überzuckerungen

Dr. Martin Holder ist Leitender Oberarzt am Olgahospital des Klinikums Stuttgart, Kinder-Endokrinologe, -Diabetologe sowie Kinder-Nephrologe. Er leitet das Diabetes-Zentrum für Kinder und Jugendliche, welches von der Deutschen Diabetes Gesellschaft DDG als Schulungs- und Behandlungszentrum anerkannt ist.



Er ist sehr aktiv in Sachen Kinderdiabetologie und Schatzmeister der Arbeitsgemeinschaft für Pädiatrische Diabetologie in Deutschland (AGPD). Sehr engagiert ist er an der Weiterentwicklung der kontinuierlichen Glukosemessung (CGM) im Kindes- und Jugendalter. Unter seiner Federführung entstand SPECTRUM, das weltweit erste herstellerunabhängige und produktneutrale CGM-Schulungs- und Behandlungsprogramm für Eltern mit jungen Kindern, für Jugendliche und Erwachsene mit Diabetes. Oberarzt Dr. Martin Holder ist in der Ärzte-Liste des Magazins „Fokus Gesundheit“ 2016 unter den Top-Medizinern Deutschlands für den Bereich „Diabetes“ gelistet.

Wer kennt das nicht? Eigentlich stimmte alles für die anstehende Mathe-Arbeit, Prüfung oder für den Wettkampf. Doch dann spielten die Blutzuckerwerte verrückt und nix war so, wie es eigentlich sein sollte. Über die Auswirkungen von Unter- und Überzuckerungen, deren Ursachen und über mögliche Strategien zur Vermeidung oder Verbesserung wird Dr. Holder in seinem Vortrag am Vormittag sprechen.

Gibt es Kriterien bzw. Voraussetzungen für eine möglichst erfolgreiche Anwendung der sogenannten sensorunterstützten Insulintherapie? Welche praktischen Aspekte spielen eine Rolle? Was ist zu bedenken, wenn sie sich für eine Unterstützung mittels kontinuierlicher Glukosemessung für ihr Kind interessieren? Sind wir bzw. unser Kind für diese neue Technologie geeignet? Darum und auch über den derzeitigen Stand der Bezahlung durch die Krankenkassen geht es im Workshop.

### Diabetes und einseitige Ernährung – wo liegen die Gefahren?

Einseitige Ernährung – gerade im Kindesalter und in der Entwicklungsphase kann diese vermeintlich Gefahren bergen. Übergewicht, Herz-Kreislaufkrankungen, aber auch Mangelerscheinungen wie Anämie und eine verzögerte körperliche Entwicklung können die Konsequenzen sein.



Vorübergehenden stark ausgeprägten Vorlieben muss jedoch auch in Familien mit einem Typ 1-Diabetes nicht zu viel Gewichtung gegeben werden. Die Vorliebe für Süßes etwa hat ihren Hintergrund in unserer Evolutionsgeschichte, da Süßes praktisch nie giftig ist. Mit einem angemessenen Umgang und entsprechenden Vorbildern innerhalb der Familie drohen auch Kindern mit Typ 1-Diabetes keine unerwünschten Folgen einer vorübergehenden „unausgewogenen“ Ernährung.

## Dr. med. Louisa van den Boom

### CGM, FGM, neue Insulinpumpen – machen sie die Diabetestherapie tatsächlich einfacher?

Im modernen Therapiemanagement sind (neue) Diabetes-Technologien, besonders bei Kindern und Jugendlichen mit Diabetes Typ 1, heutzutage ein fester Bestandteil und kaum mehr verzichtbar. Oder doch?!

Eine Insulinpumpe gekoppelt an einen Glukosesensor, ein System welches „mitdenkt“ und die Insulinzufuhr (Basalrate der Pumpe) frühzeitig stoppt, bevor es zu einer Unterzuckerung kommt. Oder der „Libre“, der durch einen einfachen „Wisch“ den Glukosewert anzeigt und so die nervigen und aufwändigeren Blutzuckermessungen ersetzt. Jederzeit und überall einsetzbar und vor allem unauffällig. Denn mal ehrlich, wer misst schon gerne seinen Blutzucker? Besonders in der Öffentlichkeit?

Aber, ist diese ganze Technik **nur** hilfreich? Oder kann sie auch manchmal alles nur noch schlimmer und unübersichtlicher machen oder gar überfordern? Und wie kann die Technik sinnvoll eingesetzt werden, damit die Therapie in die richtige Richtung läuft?

## **Austausch zwischen Eltern – Alles was Ihnen auf dem Herzen liegt und Sie schon immer mal mit anderen betroffenen Eltern diskutieren wollten**

Mandy Leinfelder, Mutter von Timo (9 Jahre, Diabetes Typ 1 seit 2010), Bloggerin bei [kinder-mit-typ1-diabetes.com](http://kinder-mit-typ1-diabetes.com) und Gründerin der Selbsthilfegruppe für betroffene Eltern in Donauwörth.



Kathy Dalinger, Mutter von Leonie (9 Jahre, Diabetes Typ 1 seit 2012), Bloggerin bei [kinder-mit-typ1-diabetes.com](http://kinder-mit-typ1-diabetes.com) und freie Autorin u. a. bei der Blood-Sugar-Lounge des Kirchheim Verlages.

Erkrankt ein Kind an Diabetes Typ 1, betrifft das in der Regel die gesamte Familie. Das Familienleben ändert sich oft komplett. In der täglichen Betreuung unserer Kinder treten viele Fragen, Probleme, Ängste und Sorgen auf. Viele offene Themen tragen wir mit uns herum.

Nicht immer sind andere betroffene Eltern greifbar. Oftmals fehlen diese Ansprechpartner auch ganz. Doch gerade dieser Austausch ist von sehr großer Wichtigkeit. Von den Erfahrungen anderer Eltern profitieren und lernen. Vielleicht neue Wege der Bewältigung der Krankheit kennenlernen oder einfach nur erleben, dass es anderen Eltern ganz genauso geht. Und das möchten wir mit dem Workshop „Austausch zwischen Eltern“ erreichen. Wir möchten gerne, ohne ein Blatt vor den Mund zu nehmen, mit Ihnen über Ihre offenen Themen rund um die Diabetes Typ 1-Erkrankung sprechen. Themen wie: Unsere Erfahrungen mit Schule und Kindergarten oder dem neuen FreeStyle Libre Sensor. Welche Tipps gibt es bei nächtlichen Unterzuckerungen und warum beantragen wir einen Schwerbehindertenausweis?

Über dieses und vieles mehr können wir uns in den zwei geplanten Workshops austauschen.

Wir freuen uns auf Sie ☺

<https://www.kinder-mit-typ1-diabetes.com>



### **Überforderung oder Nutzen – wie erleben Sie CGM/FGM?**



Prof. Dr. phil. Bernhard Kulzer beschäftigt sich bereits seit vielen Jahren als Kinder- und Jugendpsychotherapeut mit psychologischen Fragen rund um den Diabetes. Er leitet mit Frau Dr. Dr. Susanne Brämwig den Kinder- und Jugendbereich im Diabetes Zentrum Mergentheim und ist Autor einer Reihe von Schulungsprogrammen wie z. B. zur kontinuierlichen Glukosemessung (CGM) oder der Flash Glukosemessung (FGM, Freestyle libre).

Mit CGM und FGM lässt sich der Verlauf der Glukose besser bestimmen, vorhersagen wie auch analysieren. Auch die Warnung vor Entgleisungen ist sicher vorteilhaft. Auf der anderen Seite kann die Sichtbarkeit des Verlaufs der Glukosewerte durch CGM oder FGM auch frustrieren und die ständige Beschäftigung mit den Werten demotivieren und eine Quelle von Frust sein. In dem Workshop sollen diese beiden Aspekte von CGM und FGM näher beleuchtet und diskutiert werden.

## **Dipl.-Psychologin Elisabeth Holler**

### **Kinder und Jugendliche im Umgang mit Diabetes stärken – welche bewährten Strategien gibt es?**



Diplom-Psychologin Elisabeth Holler ist langjährige Mitarbeiterin der psychosozialen Abteilung der Diabetes-Klinik Bad Mergentheim.

Die sogenannte „Resilienzforschung“ beschäftigt sich mit der Frage, welche Faktoren vor allem dafür verantwortlich sind, wenn Kinder- und Jugendliche und deren Eltern sehr gut mit dem Diabetes klar kommen. Davon kann man ableiten, welche Strategien in der Erziehung besonders wichtig sind, damit Kinder und Jugendliche mit der lebenslangen Krankheit Diabetes im Verlauf Ihres Lebens gut zurechtkommen. Die wichtigsten Ergebnisse dazu werden in dem Workshop vorgestellt und diskutiert.

# Stephanie Hill

## „Wettrennen – mit dem Diabetes“

Sport aufgeben wegen Diabetes? – Niemals! Doch ohne den Diabetes geht es auch nicht. Der muss einfach „mitlaufen“ beim Wettrennen. Genau das machen wir. Lasst uns



gemeinsam einen kleinen Dreikampf absolvieren und dabei läuft, springt und wirft der Diabetes einfach mit. Daneben gibt es jede Menge Spiel und Spaß – natürlich auch alles mit dem Diabetes und jeder Menge Bewegung.

Egal, wie Du aktiv sein möchtest, alles kannst Du Dir vornehmen – doch das geht nur, wenn Du dabei auch den Diabetes berücksichtigst. Das habe ich im Leben gelernt. Mein Name ist Stephanie Hill, ich bin 26 Jahre alt, habe seit 17 Jahren Typ 1-Diabetes, bin Insulinpumpenträgerin, sportbegeistert und in der Öffentlichkeitsarbeit sowie im Marketing tätig.

Als ich im Alter von neun Jahren die Diagnose bekam, stand es nie zur Debatte, mit dem Sport aufzuhören. Meine Eltern gaben mir immer das Gefühl, alles machen zu können und erreichen zu können, was ich mir vornehme. Zu dieser Zeit gehörten Tennis, Turnen, Voltigieren und Reiten zu meinen Hobbys. Später mit elf Jahren begann ich dann mit der Leichtathletik und spezialisierte mich auf 100-Meter-Sprint und Weitsprung. Daneben ist das Wandern mein idealer Ausgleich zur wettkampforientierten Leichtathletik.



Neben dem Sport habe ich mehrere Jahre lang Kinder und Jugendliche in Training und Wettkämpfen betreut und die Pressearbeit für meinen Verein übernommen. Daraufhin erhielt ich den Pierre-de-Coubertin-Schulsport-Preis für mein soziales Engagement, für meine sportlichen Erfolge und guten schulischen Leistungen trotz Diabetes mellitus.

# Leichtathletik-Treffpunkt

Ganz gleich, was einem Spaß macht – aktiv sein mit Diabetes – das geht und macht sogar riesen Spaß. Aber nur, wenn der Diabetes auch dabei ist. Das möchte ich gerne Kindern und Jugendlichen weitergeben und sie so motivieren, das zu tun, was sie sich vornehmen.

Das Team der Sportabteilung ergänzt diesen Treffpunkt durch verschiedene Spiele zusammen in der Gruppe, die das Gruppengefühl und die Muskulatur stärken sowie die Koordination, das Gleichgewicht und die Ausdauer verbessern. Es gibt also ganz viel Spiel, Spaß und Bewegung, aber auch das Chillen und Entspannen dazwischen kommen nicht zu kurz.

## Hinweis für Sportler



Wer am Leichtathletik-Treffpunkt teilnehmen möchte, sollte bitte unbedingt Turnschuhe, bequeme Sportkleidung und evtl. ein kleines Handtuch mitbringen.

## Kreativ-Treffpunkt



In unserem **Kreativ-Treffpunkt** können sich die Kinder beim Basteln austoben und die selbstgemachten Kunstwerke natürlich mit nach Hause nehmen und verschenken.

Bastelt euch einen individuellen „federleichten“ **Traumfänger** oder gestaltet einen kunterbunten **Briefbeschwerer** aus Stein. Außerdem könnt ihr mit vielen kleinen Nägeln und bunten Fäden ein kunstvolles **Nagelbild** herstellen. Oder aber ihr lasst euch eine schöne geflochtene **Strähne ins Haar** zaubern.

