

# DIABETES NEWS



Der Newsletter zum Betreuungsprogramm  
Therapie Aktiv – Diabetes im Griff

## LÄNGER UND BESSER LEBEN – TROTZ DIABETES!



„Dr. Ahmet Babadostu aus Tamsweg betreut Diabetes-Patient Erwin Gruber aus St. Michael. Alle „Therapie Aktiv“-Ärzte finden Sie auf [www.therapie-aktiv.at](http://www.therapie-aktiv.at)!

„Therapie Aktiv – Diabetes im Griff“ ist ein Langzeit-Betreuungsprogramm für Menschen mit Diabetes Typ 2. Die Krankheit führt unbehandelt zu massiven Folgeschäden bis hin zu frühzeitigem Tod. Sie wird vielfach unterschätzt, da sie gerade im Frühstadium keine bzw. kaum Beschwerden verursacht. Eine individuelle, regelmäßige Betreuung durch „Therapie Aktiv“-Ärztinnen und -Ärzte hilft dabei, den Diabetes gut und dauerhaft im Griff zu haben.

### „Therapie Aktiv“ rettet Leben!

Die strukturierte Betreuung der Teilnehmer bringt klare Vorteile und steht für geprüfte Qualität. Das Programm

hilft Leid zu lindern, die Lebensqualität zu erhöhen und das Leben zu verlängern. Das hat eine aktuelle Überprüfung durch die Medizinische Universität Graz ergeben. Die teilnehmenden Ärztinnen und Ärzte bestellen ihre Patientinnen und Patienten regelmäßig ein und untersuchen deren Gesundheitszustand. Das ermöglicht die Verhinderung bzw. Verzögerung häufiger Spätfolgen wie Schlaganfall, Herzinfarkt, Amputation oder Erblindung. Die Patientinnen und Patienten im Programm werden seltener und weniger lang ins Krankenhaus eingeliefert, brauchen weniger bzw. keine Medikamente und leben besser und länger!

### Werden Sie Teil der „Therapie Aktiv“- Familie!

Das kostenlose Programm erhöht nachweislich die Lebensqualität und Lebenserwartung. Schwere Stoffwechsellstörungen werden vermieden, die laufende Behandlung gibt Sicherheit. Die ausführlichen Patientenschulungen liefern wichtige Erkenntnisse für den Umgang mit der Erkrankung im Alltag.

### Sie sind herzlich zur – kostenlosen – Teilnahme eingeladen!



# AUGEN AUF BEI DIABETES!



Die regelmäßige Kontrolle der Augen bzw. der sehr feinen Blutgefäße in unseren Sehorganen ist gerade für Typ-2-Diabetiker von zentraler Bedeutung: Je länger eine Diabeteserkrankung besteht, desto höher ist das Risiko, Augenschäden zu erleiden. Leider werden Augenerkrankungen oft viel zu spät erkannt, da bei den Betroffenen kaum Symptome auftreten.

Deshalb werden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer von „Therapie Aktiv“ mindestens einmal jährlich zu Spezialisten geschickt. Die Augenfachärzte untersuchen die Augen und deren Blutgefäße: so können sie im Bedarfsfall eingreifen und möglichen Augenerkrankungen vorbeugen, die bis zur Erblindung führen können. Es gibt gute Therapiemöglichkeiten, solange diese rechtzeitig begonnen werden: Deshalb wird im Programm „Therapie Aktiv“ besonderer Wert auf regelmäßige Augenuntersuchungen gelegt!

## Unser Tipp:

Kontaktieren Sie bei jeder Änderung Ihres Sehvermögens sofort Ihren Arzt und gehen Sie mindestens einmal jährlich zur Augenkontrolle!

Wenn Sie diesen Newsletter nicht mehr erhalten wollen bitten wir um entsprechende Information: 0662-8889-1316 bzw. [daniela.saria@sgkk.at](mailto:daniela.saria@sgkk.at) – vielen Dank.

### Impressum:

Medieneigentümer und Herausgeber: Salzburger Gebietskrankenkasse (SGKK), Engelbert-Weiß-Weg 10, 5020 Salzburg, 0662-8889-0, [redaktion@sgkk.at](mailto:redaktion@sgkk.at), [www.sgkk.at](http://www.sgkk.at); DVR 0024015; Redaktion: Mag. Hans-Peter Lacher; Gestaltung: Atelier Seethaler, 5400 Hallein; Bilder: SGKK

## INFO-BOX

Die Selbsthilfegruppe der Österreichischen Diabetikervereinigung (ÖDV) bietet jeden Mittwoch von 13.00 bis 15.00 Uhr ihre Beratungen im Gesundheits-Informations-Zentrum in der SGKK-Zentrale an. Es ist keine Anmeldung erforderlich!

**Webtipp: [www.diabetes.or.at](http://www.diabetes.or.at)**

# ZEIGT HER EURE FÜSS!



Die Füße von Diabetikern müssen regelmäßig überprüft und gut gepflegt werden. Um eventuelle Folgeschäden bis hin zur Amputation frühzeitig zu vermeiden, wird im Programm „Therapie Aktiv“ neben den Augen auch besonderer Wert auf eine regelmäßige ärztliche Fußuntersuchungen gelegt.

Der „diabetische Fuß“ entsteht durch Durchblutungsstörungen und/oder verminderte Leitfähigkeit der Nerven. Die Gefahr besteht vor allem darin, dass durch Nervenstörungen diabetische Fußveränderungen nahezu schmerzlos - und dadurch auch unbemerkt - entstehen können. Deshalb ist es wichtig, dass Sie Ihre Füße täglich kontrollieren und pflegen. Dazu gehören z.B. die richtige Reinigung und Pflege von Haut und Nägeln, Fußgymnastik, das Entfernen von Hornhaut und Hühneraugen oder passende Schuhe. Alles Wissenswerte zum Thema erfahren Sie in der Patientenschulung von „Therapie Aktiv“.

Die ärztliche Untersuchung im Rahmen von „Therapie Aktiv“ beinhaltet die Überprüfung der Fußpulse, des Vibrationsempfindens, der Druckwahrnehmung und des Temperaturempfindens. Diese sollte einmal jährlich durchgeführt werden. Bei Bedarf wird Ihr Arzt Sie an einen Orthopäden, einen Neurologen oder eine diabetische Fußambulanz überweisen.

## Unser Tipp:

Lassen Sie Ihre Füße regelmäßig ärztlich kontrollieren, da Schädigungen oft unbemerkt und schmerzlos auftreten können! Die „Therapie Aktiv“-Ärzte beraten Sie gerne!

## DIABETES TYP 2 – WAS KANN ICH TUN?

Die Vorteile von „Therapie Aktiv“ auf einen Blick:

- Individuelle, regelmäßige ärztliche Betreuung
- Diabetes-Schulung
- HbA1c-Bestimmungen
- Fußuntersuchungen
- Augenuntersuchung
- Patientenhandbuch, Broschüren, DVD
- Laufend aktuelle Informationen per E-Mail oder Post

Die aktuelle Liste mit den teilnehmenden Ärztinnen und Ärzten in Ihrer Nähe finden Sie auf [www.therapie-aktiv.at](http://www.therapie-aktiv.at).

Kontakt & Information:

„Therapie Aktiv“ Salzburg  
Mag. Daniela Saria  
0662-8889-1316  
[daniela.saria@sgkk.at](mailto:daniela.saria@sgkk.at)

Bestellen Sie unsere kostenlosen Informationsbroschüren zum Thema – wir senden Ihnen diese gerne zu:

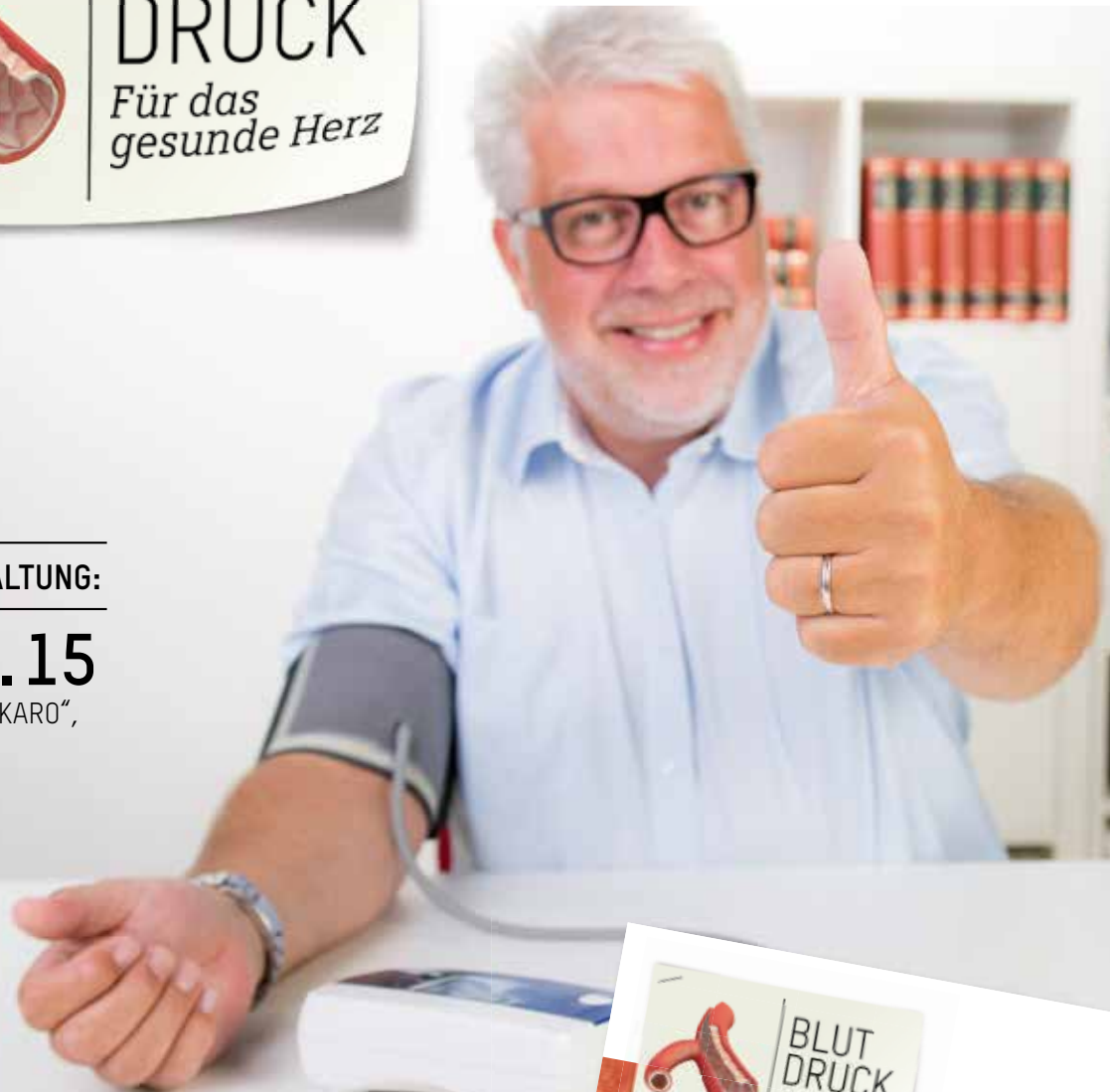




INFO-VERANSTALTUNG:

**FR 26.6.15**

Shopping Center „KARO“,  
Bischofshofen



## „BLUTHOCHDRUCK – ZU VIEL DRUCK MACHT KRANK“

*Eine Informationskampagne der  
Salzburger Gebietskrankenkasse*

Etwa 70 Prozent der Menschen mit Diabetes Typ 2 sind auch von Bluthochdruck betroffen. Wir haben eine Broschüre zum Thema Bluthochdruck aufgelegt sowie einen Blutdruck-Pass zum Eintragen der selbst gemessenen Werte.



**KOSTENLOS  
BESTELLEN!**

Broschüre „Gut leben  
mit Bluthochdruck“  
und Blutdruck-Pass –  
unter 0662 8889-0,  
redaktion@sgkk.at oder  
[www.sgkk.at/shop](http://www.sgkk.at/shop)