

Pressemitteilung an die Zeitungen

Schulungstage für Diabetiker in Italien

Die diesjährige Schulungsfreizeit der Selbsthilfegruppe für diabetische Kinder und Typ-1 Diabetiker Schweinfurt fand vom 02. bis 09. August in der Toskana statt. 18 Teens und Twens im Alter von 14 bis 24 Jahren aus Bayern, Hessen und Baden-Württemberg logierten in einem alten Bauernhaus in den Bergen vor der ligurischen Küste.

Nach einer tollen Schulungsfreizeit auf Borkum im vergangenen Jahr fanden die sechsten Schulungstage der Selbsthilfegruppe (SHG) in der Toskana statt. Um die Planung und Organisation kümmerte sich wie immer der Vorsitzende Norbert Mohr. Für die Schulungssequenzen zeichnete Dr. Reinhard Koch (Diabetologe und Leitender Oberarzt der Klinik für Kinder und Jugendliche des Leopoldina KH Schweinfurt) verantwortlich. Die Ehefrauen Ursel Mohr und Biggi Pötzl-Koch unterstützten das Team vor Ort mit ihrer pädagogischen Erfahrung aus dem Schuldienst. Das Projekt wurde finanziell mit über 3000 EUR unterstützt, insbesondere von der Firma Smith Medical (Insulinpumpen u.a.), vom Runden Tisch der Krankenkassen (Würzburg) und von der Fa. Abbott (Blutzuckermessgeräte u.a.) – vielen Dank an die Sponsoren an dieser Stelle.

Manche der Teilnehmer aus Hessen oder Baden-Württemberg hatten zuvor schon über 200 km Anreise hinter sich, als die Gruppe am Samstag um 04.00 Uhr mit zwei Kleinbussen in Schweinfurt aufbrach. In Memmingen stieß ein Mitarbeiter der Fa. Smith Medical mit einem Pkw dazu und nahm vier weitere Teilnehmer aus dem südbayerischen Raum auf, so dass jeder der 23 Plätze belegt war. Um 16.00 Uhr traf der Konvoi im Schulungsdomizil ein. Das restaurierte Bauernhaus liegt hoch oben am Berg. Man hat von dort einen phantastischen Ausblick auf die ligurische Küste bei Lerici, 20 km südlich von La Spezia. Der Abend diente dem Kennen lernen – es waren wieder zehn Jugendliche zum ersten Mal dabei – und der Besprechung des Programms. Dr. Koch erhob die „Diabetesdaten“ der Teilnehmer und steckte den medizinischen Rahmen ab. Insbesondere regelmäßige Blutzucker-Tagesprofile sollten die Grundlage für individuelle Therapiebesprechungen sein. Darüber hinaus sollten die Teilnehmer die Inhalte der Schulungssequenzen bestimmen.

Am Sonntag nach dem Frühstück gab es bei fast 30 Grad im Schatten die erweiterte Vorstellungsrunde auf der Terrasse vor dem Pool. Am Nachmittag fuhr die Gruppe von Lerici die Steilküste entlang bis zum Sandstrand Marina di Carrara. Vom Badeplatz aus schienen die weißen Marmorfelsen von Carrara zum Greifen nah. Nach dem Bad im Meer ging es die ca. acht Kilometer zurück nach Castelnuovo Magra und von dort schlängelten sich die letzten drei Kilometer hoch zur Unterkunft. Nach dem Abendessen diskutierte Doktor Koch mit den Jugendlichen und man ermittelte, welche Themen die Teens am meisten interessierten.

Am Montag malten die Jugendlichen unter der Anleitung von Biggi Pötzl-Koch Bilder zum Thema „Wie fühlte ich mich als ich an Diabetes erkrankte?“. Sie erläuterten die Zeichnungen anschließend in der Gruppe. Norbert Mohr stellte am Vormittag das Blutzuckermessgerät "FreeStyle lite" des Sponsors Abbott vor und händigte jedem Teilnehmer eines aus, damit die Woche über damit gemessen werden konnte. Nach dem Mittagessen mit frischen Salaten trieb es die Gruppe wieder an den Strand. Bei der abendlichen Schulungssequenz ging es um das

Thema Spätschäden. Mit Hilfe von Beamer und Leinwand zeigte der Doc den Jugendlichen entsprechende Grafiken und Bilder. Als Hörsaal diente die Poolterrasse.

Am Dienstag wurde gleich nach dem Frühstück die Bildbesprechung fortgesetzt, danach ging es wieder an den Strand. Am Nachmittag fuhr die Gruppe dann nach Lucca, wohl die Stadt mit der schönsten und am besten erhaltenen Stadtmauer Italiens. Innerhalb der Stadtmauer ließ es sich in den kleinen Gassen wunderbar bummeln. Am Abend nutzte Stefan Hamburger (Fa. Smith medical) die Zeit bis das späte Abendessen fertig war, um die ersten Informationen zur Cozmo-Pumpe an die Interessenten am Pumpenprobetragen zu geben. In lockerer Runde wurden anschließend am Pool mit Dr. Koch noch die Fragen diskutiert, die den Jugendlichen am meisten auf den Nägeln brannten.

Auch der Mittwoch begann nach dem Frühstück mit der Fahrt zum Strand. Am frühen Nachmittag kehrte die Gruppe in die Unterkunft zurück. Während der Küchendienst das Abendessen vorbereitete, suchte die Mehrzahl der Jugendlichen den Schatten, nur wenige hatten noch Energie, im Pool zu toben. In der Kühle des Abends (immer noch kurze Hose und T-Shirt) klärte Dr. Koch anhand einer PowerPoint-Präsentation über die Vorteile der Insulinpumpentherapie auf. Unterstützt wurde er bei der Beantwortung der Fragen von der am Nachmittag angereisten Hilde Schmitt von der Fa. Smith Medical. Frau Schmitt war für Stefan Hamburger gekommen, der am Nachmittag nach Hause geflogen war. Anschließend gab es ein Wunschkonzert. Jeder durfte sich aus den zuvor verteilten Songbüchern Lieder herausuchen, die dann von Florian Mohr auf der Gitarre und von unterschiedlichen Teilnehmern mit Perkussionsinstrumenten begleitet wurden – erstaunlich, welche alte Songs die Jugendlichen wählten.

Am Morgen des Donnerstags legten Frau Schmitt und Dr. Koch bei sieben Teilnehmern Insulinpumpen an. Frau Schmitt erklärte die Funktionsweise und stellte sich den Fragen der Jugendlichen. Die Jugendlichen und Doktor Koch trugen für drei Tage eine Insulinpumpe, um zu erfahren, ob es sie beim Sport oder Schlafen stören würde. Einhellig war das Ergebnis, dass man das Legen des Katheters in das Unterhautfettgewebe des Bauches oder des Gesäßes gar nicht als Schmerz empfindet und dass die Pumpe selbst am Strand im Bikini getragen werden kann. Auch beim Toben im Pool konnte die Pumpe angelegt bleiben. Der Rest des Tages war zum Chillen freigegeben. Nach Einbruch der Dunkelheit und nach dem Vortrag von Norbert Mohr zum Führerscheinrecht sah man „Iceage“ auf der Großleinwand – immer wieder ein Klassiker. Anschließend saß man noch bei Spielen wie Schafkopf oder Poker am beleuchteten Pool zusammen.

Der Freitag hatte mit einer Schiffsrundfahrt und einem Besuch in einem Ristorante gleich zwei Highlights aufzuweisen. Von La Spezia aus begab sich die Gruppe auf die Schiffsrundfahrt Cinque Terre. Von der See aus beeindruckte das einmalige Landschaftsbild dieses Küstenabschnittes mit seinen Wein- und Oliventerrassen und den teils abenteuerlich in- und übereinander verschachtelten, bunten Häusern. Das gemeinsame Abendessen im Ristorante „Rizieri“ rundete die Woche ab. Von der Terrasse des Lokals aus hat man einen wunderschönen Blick über die Bucht von Lerici. Den Familienbetrieb hatten unsere Bergjogger bereits am Sonntag entdeckt, als sie ca. 2200 Meter den Berg hinauf gejoggt waren. Am Ende des Wegs, quasi auf dem Gipfel des Berges liegt das Lokal, dessen Pasta-Spezialitäten dem einem oder anderen Teilnehmer haben dreimal zuschlagen lassen.

Täglich bot Dr. Koch ein morgendliches Berg-Jogging an. Die Teilnehmerzahl schwankte von zwei bis zwölf Läufern. Bei der 4,5 km langen Strecke ging es ca. 2,2 km teilweise steil bergauf. Außer dem Doc nahm nur ein Läufer jeden Tag diese Herausforderung an.

Die Unterkunft bestand aus sechs Wohnungen. Die Mahlzeiten mussten selbst zubereitet werden. Jeden Tag war eine andere „Wohnung“ für die Hilfe in der Küche, das Zubereiten der Speisen, für das Auf- und Abtragen und für den Abwasch zuständig. Es kam zu Tage, dass der eine oder andere Jugendliche daheim wohl nicht helfen darf.

Am Samstag machte sich die Gruppe um 09.30 Uhr auf die Rückreise. Ebenso wie auf der Anreise waren die Staus stets auf der Gegenfahrbahn und so traf man wie geplant um 21.45 Uhr wieder in Schweinfurt ein.

Resümee:

Dr. Reinhard Koch und Norbert Mohr konstatieren, dass es sich die Arbeit für die Planung und Durchführung solcher Schulungstage wieder gelohnt hat. Das Feedback der Jugendlichen und die Beobachtungen des Arztes bestätigten, dass diese Art der „Schulung“ den Teilnehmern wirklich etwas bringt. Der Diabetes verbindet und erleichtert die Kontaktaufnahme – immerhin waren auch diesmal wieder zehn Neue dabei gewesen. Solche Schulungstage motivieren auch Jugendliche mit desolater Stoffwechseleinstellung dazu, sich wieder einmal bewusst mit ihrer „Einstellung“ zu beschäftigen. Die Atmosphäre während der Schulungsfreizeit ermöglicht auch einen besonderen „Arzt-Patienten-Dialog“, der in Ambulanz oder Praxis nicht möglich ist.

Norbert Mohr



Schulung auf der Terrasse des Pools



Ursel Mohr, Brigitte Pötzl-Koch, Dr. Reinhard Koch, Norbert Mohr



Natalie, Corinna und Jessica vor den weißen Marmorfelsen Carraras

