

# {natürlich DIGITAL}

## »MEHR LEBENSQUALITÄT ERHALTEN«

### WIE MODERNE BLUTZUCKERMESSGERÄTE DAS LEBEN VON DIABETIKERN ERLEICHTERN

**Rund 341.000 Menschen in Deutschland leiden an Diabetes mellitus Typ 1. Für sie gehört die Messung des Blutzuckerspiegels zur Routine. Was früher aber eine aufwendige Prozedur war, ist heute, im digitalen Zeitalter, ein Leichtes, wie eine langjährige Diabetespatientin erzählt. Für sie hat diese Messvariante viele Vorteile mit sich gebracht.**

Vor 46 Jahren wurde bei Maria Wieners Diabetes Typ 1 festgestellt. Zu dieser Zeit war der Alltag von Diabetikern von einem strikten Rhythmus bestimmt. „Zunächst musste ich regelmäßig zum Hausarzt, damit mein Blutzuckerspiegel bestimmt werden konnte. Kurz darauf hatte ich ein Messgerät und Insulinspritzen, die ich mir selbst spritzen konnte.“ Morgens und abends, vor jeder Insulinspritze,

maß Maria Wieners ihren Blutzuckerspiegel. In der Zeit dazwischen musste sie eine weitere Routine einhalten. „Alle zwei Stunden musste ich was essen“, erinnert sie sich. „Ich musste also dafür sorgen, dass ich immer was zu essen in der Nähe hatte. Das hat meinen Tag sehr bestimmt.“

Die nächste Entwicklungsstufe des Blutzuckermessgeräts hing von der Entwicklung der Insulinspritze ab. „Danach kamen Spritzen, die ich schnell aufziehen konnte. Damit war es mir möglich, Insulin, wann immer es nötig war, zu spritzen.“ Jetzt konnte Maria Wieners die Kontrolle ihres Zuckerhaushalts an jedem Ort durchführen. Spritze und Messgerät gehörten zu ihren täglichen Begleitern – inklusive Messstäbchen, Pieker, Taschentuch, Bleistift, Dokumentationsheftchen und Süßigkeiten, wenn der Zuckerspiegel zu niedrig war. „Beim Messen des Blutzuckers musste ich immer einen Tropfen Blut auf ein Stäbchen geben, das zuvor ins Messgerät geschoben wurde.“ Die Menge der Einwegstäbchen wurde vom Diabetologen zugeteilt und bestimmte somit, wie häufig am Tag der Blutzuckerspiegel gemessen werden konnte.

Heute misst Maria Wieners ihren Blutzuckerspiegel digital. Ein modernes Messgerät kann den Blutzuckerwert über einen Sensor im Arm bestimmen. Eine Technik, die die Diabetikerin begeistert. „Ich kann jetzt meinen Blutzucker-





wert messen, wo ich will und so oft ich will“, sagt sie. „Das erleichtert mir das Leben sehr.“ Wenn sie das Messgerät an den Sensor hält, erfährt sie ihren aktuellen Blutzuckerwert und kann noch viel mehr mit dem Gerät machen. „Ich kann kontrollieren, wie sich mein Blutzucker in den letzten Tagen entwickelt hat“, erläutert Maria Wieners. „Wenn ich beispielsweise feststelle, dass ich zu einer gewissen Tageszeit immer einen hohen Wert habe, kann ich rechtzeitig Insulin spritzen. Das hilft mir sehr bei der Selbstkontrolle.“ Aber nicht nur die eigene Kontrolle, sondern auch die Dokumentation der Blutzuckerwerte ist leichter geworden. Über ein Programm kann die Diabetespatientin verschiedene Diagramme aufrufen und zu ihrem Diabetologen schicken.

Den Sensor muss Maria Wieners nach zwei Wochen wechseln. Dann sticht sie sich einen neuen Sensor in den Arm. „Da man nicht immer in dieselbe Stelle stechen soll, wechsle ich immer den Arm.“

Diabetes ist unheilbar und wer die Krankheit hat, muss sehr auf sein Leben achten, wie die

Geschichte von Maria Wieners zeigt. Die Sorge, dass der Blutzuckerspiegel plötzlich gefährliche Ausmaße annehmen kann, lebt immer mit. „Früher hatte ich deswegen Sorge, allein in die Stadt zu gehen. Es gab für mich immer die Frage: ‚Was ist, wenn ich auf einmal umkippe?‘“ Eine wichtige Frage, gerade beim Sport, der Diabetikern, ganz gleich, ob Typ 1 oder 2, empfohlen wird. Auch Maria Wieners merkt das. „Wenn ich Sport mache, bekomme ich meinen Diabetes besser in den Griff“, erzählt sie. „Früher konnte ich nicht alleine durch den Wald joggen oder ich hatte zwei Tüten Gummibärchen im Fitnessstudio mit.“ Die Befürchtung, dass der Blutzuckerspiegel dramatisch abfällt, war immer präsent. Jetzt, wo sie ihren Blutzuckerspiegel so häufig messen kann, wie sie mag, hat Maria Wieners auch einen besseren Überblick über die Werte. „Es mag sich komisch anhören, aber mir hat dieses Gerät Freiheiten zurückgegeben“, zieht sie als Fazit. „Ich habe dadurch mehr Lebensqualität erhalten.“

LR



**elements**

BAD / HEIZUNG / ENERGIE



## DER EINFACHSTE WEG ZUM NEUEN BAD

DIE BADAUSSTELLUNG IN IHRER NÄHE.

ELEMENTS HAMM  
AN DEN FÖRDERTÜRME 9  
59075 HAMM  
T +49 2381 9739713  
HAMM@ELEMENTS-SHOW.DE

✳ ELEMENTS-SHOW.DE

**DIE WELT**  
**Service-Champions**  
im erlebten Kundenservice

**ELEMENTS**  
Nr. 1 der Badausstatter

Im Ranking:  
16 Badausstatter  
www.servicechampions.de  
ServiceValue GmbH | 10/2020

HIER BERÄT  
DAS FACH-  
HANDWERK