

-  **Informieren Sie sich!**
Informieren Sie sich über das Krankheitsbild Typ-1-Diabetes, Behandlungsmöglichkeiten und Hilfestellungen im Alltag.
-  **Holen Sie sich ärztliche Unterstützung!**
Besprechen Sie mit Ihrem Diabetologen oder Ihrer Diabetologin gemeinsam verschiedene Behandlungsmöglichkeiten und lassen Sie sich erklären, was in verschiedenen Situationen zu tun ist.
-  **Besuchen Sie eine Patientenschulung!**
Eine Schulung ist eine praktische Fortbildung für Menschen mit Diabetes und hilft, den Alltag mit Diabetes eigenständig zu bewältigen. Gemeinsam mit anderen Betroffenen lernen Sie von Fachleuten alles Wichtige rund um Diabetes und können persönliche Fragen stellen.
-  **Lassen Sie sich regelmäßig auf Folgeerkrankungen untersuchen!**
Lassen Sie sich frühzeitig und regelmäßig auf Folgeerkrankungen untersuchen. Dazu gehören Untersuchungen der Nerven, Füße, Nieren, Augen, Gefäße und psychischen Faktoren.
-  **Suchen Sie sich Unterstützung!**
In Selbsthilfegruppen können Sie sich mit anderen Menschen mit Diabetes oder mit anderen Familien, deren Kinder erkrankt sind, austauschen.
-  **Mit Typ-1-Diabetes im Kindergarten oder in der Schule**
Im Kindergarten oder in der Schule müssen andere Personen Ihr Kind beim Umgang mit dem Diabetes unterstützen. Seien Sie offen gegenüber allen Personen, die Ihr Kind betreuen. Diese sollten wissen, was im Notfall zu tun ist. Es gibt viele Möglichkeiten, bestmögliche Unterstützung zu erhalten.
-  **Integrieren Sie Diabetes in Ihren Alltag!**
Blutzucker messen, Insulin spritzen und das Dokumentieren der Werte: Schon bald wird dies alles ein fester Bestandteil Ihres Lebens sein. Leben Sie mit dem Diabetes und nicht gegen ihn.

Angeboten von:



HelmholtzZentrum münchen
Deutsches Forschungszentrum für Gesundheit und Umwelt

Initiiert von:



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages