



### «Ich gehe dem Zucker auf den Grund»

**Diabetes mellitus – umgangssprachlich häufig einfach «Zucker» genannt – ist eine Volkskrankheit. Studien gehen davon aus, dass es im Jahr 2030 in der Schweiz 22% mehr Diabeteskranke geben wird als 2007. Als Gründe für diese Zunahme gilt neben der Überalterung der Gesellschaft unser Lebensstil beziehungsweise Lebenswandel – also zu wenig Bewegung und ungesunde Ernährung.**

Die diplomierte Pflegefachfrau Nadine Schneeberger ist bei SPITEX Region Köniz seit Sommer 2022 auch als Diabetesfachfrau tätig. Neben ihrer Arbeit im Team der Erstabklärung begleitet und berät Schneeberger Kundinnen und Kunden nach einer neu gestellten Diabetesdiagnose und bei einer bestehenden Diabeteserkrankung. Das nötige Fachwissen hat sie sich in einer Weiterbildung erworben. Spitex-intern ist Schneeberger für die Aktualität der Handlungsanleitung «Diabetes mellitus» und die spezifische Schulung ihrer Arbeitskolleginnen und -kollegen zuständig. Letzteren steht sie bei Fragen aus dem Pflegealltag auch beratend zur Seite.

Schneebergers Begeisterung für ihre Aufgabe ist spürbar. Im Gespräch mit ihr erfahren wir mehr.

#### Nadine Schneeberger, was fasziniert Dich an der Diabeteserkrankung?

Eigentlich alles. Ich finde die Zusammenhänge - was dabei im Körper weshalb passiert oder nicht -, die Forschung und auch die Entwicklung und Einführung neuer Therapien und Geräte extrem spannend. Zudem sehe ich einen grossen Informations- und Sensibilisierungsbedarf. Leider haben Ärztinnen und Ärzte oft nicht mehr die Zeit, ihren Patienten den Diabetes fundiert zu erklären.

Ich finde es jedoch eminent wichtig, dass die Diabetespatienten ihre Krankheit verstehen. Dass sie wissen, was passiert, wenn der Körper zu wenig Insulin hat und weshalb sie Tabletten schlucken müssen. Dieses Wissen als Brücke zwischen Hausarzt und unseren diabeteskranken Kundinnen und Kunden zu vermitteln – darin sehe ich ein grosses Potenzial.

### Liebe Leserin, lieber Leser



Daniel Schaffner,  
Verwaltungsrats-  
präsident SPITEX  
Region Köniz AG

Seit 75 Jahren kümmern sich unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter um pflege- und unterstützungsbedürftige Menschen. 75 Jahre, in denen unser Spitex-Betrieb immer wieder

erfolgreich Neues angestossen und Herausforderungen angepackt hat. Ein Grund, stolz zu sein und zu feiern. Aber kein Grund, sich auszuruhen.

Gemeinsam mit logisplus, unserer Könizer Partnerorganisation, werden wir 2025 zu neuen Ufern aufbrechen und mit einem integrierten Versorgungsangebot den Zugang zu ambulanter und stationärer Pflege für alle erleichtern. Werte wie Zuverlässigkeit und Beständigkeit werden wir auch künftig pflegen, wovon unsere Kundinnen und Kunden ebenfalls profitieren werden.

Mit dem Zusammenschluss per 2025 leisten SPITEX Region Köniz und logisplus ihren Beitrag zur Bewältigung der grossen Herausforderungen, vor denen das Gesundheitssystem heute steht.

Mit Herausforderungen anderer Art sehen sich Diabeteskranke konfrontiert. Bei SPITEX Region Köniz können wir Kundinnen und Kunden, die an Diabetes erkrankt sind, seit einiger Zeit noch besser begleiten als bisher. Mehr darüber erfahren Sie im Infoblatt.

Ich wünsche Ihnen eine interessante Lektüre.

## Weiterführende Informationen

[diabetesschweiz.ch](http://diabetesschweiz.ch)  
diabetesschweiz

[diabetesbern.ch](http://diabetesbern.ch)  
diabetesbern

### Diabetes mellitus

Diabetes mellitus ist eine Stoffwechselerkrankung. Das Hauptmerkmal ist ein dauerhaft erhöhter Blutzuckerspiegel, die chronische Überzuckerung (Hyperglykämie). Ursache ist eine gestörte Aufnahme von Zucker (Glukose) aus dem Blut in die Körperzellen. Um den aus der Nahrung gewonnene Zucker als Energiequelle für die Körperzellen nutzen zu können, benötigt der Körper das Hormon Insulin. Bei Menschen mit Diabetes ist die Wirkung von Insulin vermindert und/oder die Bauchspeicheldrüse produziert zu wenig oder gar kein Insulin mehr. Die Folge: Der Zucker verbleibt im Blut und der Blutzuckerspiegel steigt.

Im Wesentlichen wird zwischen Typ 1 (früher Jugenddiabetes), Typ 2 (früher Altersdiabetes) und Schwangerschaftsdiabetes unterschieden. Diabetes Typ 2 ist die häufigste Form und tritt bei rund 90 Prozent der Betroffenen auf. (Quelle: BAG)

In der Schweiz sind schätzungsweise 500000 Menschen an Diabetes erkrankt. (Quelle: BAG)

### Impressum

© SPITEX Region Köniz AG  
Landorfstrasse 21, Postfach  
3098 Köniz  
Telefon 031 978 18 18  
info@spitex-koeniz.ch  
spitex-region-koeniz.ch

Gespräch: Regula Rebecchi,  
SPITEX Region Köniz AG  
Porträt: zur Verfügung gestellt  
Gestaltung: Scarton Stingelin AG,  
Liebefeld Bern

### Was ist Diabetesmanagement?

Diabetesmanagement umfasst alles, damit ein Diabetiker ein möglichst normales Leben führen kann. Es fängt beim korrekten Messen, Interpretieren und Dokumentieren des Blutzuckers an und hört bei der richtigen Ernährung und beim Verständnis, weshalb der Körper wann wie reagiert, auf. Konkret geht es beispielsweise um Fragen wie welches Messgerät für Kunde X. am besten geeignet ist. Oder darum, Frau T. zu erklären, warum sie ihren Zucker überprüfen soll, wenn sie Sport treibt oder Fieber hat.

Gerade zu Beginn eines neu diagnostizierten Diabetes Typ 2 besteht ausserhalb der medikamentösen Therapie noch ein gewisser Handlungsspielraum. Mit etwas mehr Bewegung und einer angepassten Ernährung lässt sich die Einnahme von Medikamenten unter Umständen noch etwas hinauszögern. Dass es diesen Handlungsspielraum gibt, müssen die Erkrankten aber zuerst einmal wissen.

### Was sind Deine Aufgaben, was die Deiner Arbeitskollegen?

Meine Kolleginnen führen die ärztlichen Verordnungen aus. Sie messen den Blutzucker, verabreichen Medikamente, spritzen Insulin, und sie halten die Pflegedokumentation aktuell. Ich werte Blutzuckerprofile aus. Mich interessiert weniger, welchen Wert ein Kunde am Mittag oder Vortag gehabt hat. Mich interessiert der Gesamtüberblick. Dazu schaue ich die Messungen vertieft und über einen längeren Zeitraum an. Erkenne ich darin wiederkehrende Ausbrüche von Blutzuckerwerten, gehe ich ihnen auf den Grund. Betrachte ich es als notwendig, wende ich mich anschliessend an den behandelnden Arzt, um ihn über meine Erkenntnisse ins Bild zu setzen. Diese können beispielsweise zu einer Anpassung der Therapie durch den Arzt führen.

### Was passiert, wenn eine Diabeteserkrankung nicht oder ungenügend therapiert ist?

Ich sage es stark vereinfacht: Wir nehmen über die Nahrung Kohlenhydrate und Zucker auf. Diese werden in Glukose umgewandelt. Wenn der Körper zu wenig oder kein Insulin hat, kann die Glukose nicht verwertet werden. Sie bleibt im Blut (= hoher Blutzucker), lagert sich in den Gefässen ab und beeinträchtigt dadurch die Durchblutung der Gefässe. In den Beinen und Füssen und überall sonst, wo es kleine Blutgefässe hat, kommt es zu Gefäss- und Nervenschädigungen. Auch das Risiko für Herz- und Hirninfarkte, Augen- und Nierenschäden steigt, je länger ein Diabetes besteht und/oder schlecht eingestellt ist.

Fortgeschrittene Nervenschädigungen können beispielsweise dazu führen, dass das Schmerzempfinden von Diabetikern abnimmt. So merkt ein Diabetiker nicht mehr, wenn er zu enge Schuhe trägt oder einen Stein im Schuh hat. Dies kann zu Druckstellen und Wunden führen, die aufgrund der verschlechterten Durchblutung nur schwer oder nicht mehr heilen.

### Ist darum die Fusspflege so wichtig?

Ja. Zur Fusspflege gehört auch die regelmässige Kontrolle der Füsse, nötigenfalls mithilfe eines Spiegels. Sobald man beispielsweise die Fussnägel nicht mehr selber gut kürzen kann, sollte die Nagelpflege durch eine Podologin oder die Spitex gemacht werden, um die Verletzungsgefahr zu reduzieren. Eine Wunde, auch durch Fusspilz, ist schnell entstanden, braucht aber lange zum Heilen. Mit einer guten Fusspflege lassen sich Schmerzen, Umtriebe und Kosten vermindern oder verhindern.

### Was möchtest Du den Lesenden abschliessend mitteilen?

Mit Diabetes lässt sich heute gut leben. Die Forschung hat in den letzten Jahren extreme Fortschritte gemacht. Neue, aus meiner Sicht sehr gute Lösungen befinden sich teilweise bereits in der Testphase. Es bleibt aber wichtig, dass die Betroffenen ihre Krankheit verstehen.

Vielen Dank für das Gespräch, Nadine Schneeberger.