

2. Auflage:
Lokale Angebote
schnell finden

Wegweiser Diabetes



Informationsbroschüre mit Angeboten, Ansprechpartnern
und Adressen für den Großraum Düsseldorf

Inhalt



Vorwort	6
Informationen zum Thema Diabetes	16
Bewegungs- & Sportangebote	38
Diabetologische Schwerpunktpraxen	42
Ernährungsberatung	48
Kliniken mit Diabetes-Spezialisierung	54
Klinische Studienzentren	58
Orthopädie-Schuhtechnik	62
Podologische Praxen	76
Psychotherapie	86
Selbsthilfegruppen Diabetes & Adipositas	90
Spezielle Angebote für Kinder & Jugendliche	96
Platz für Notizen	110

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

für das Deutsche Diabetes-Zentrum (DDZ) ist die Wissensvermittlung rund um das Thema Diabetes mellitus eine wichtige Säule seiner Tätigkeit. Aktuelle Entwicklungen in der Diabetesvorsorge und -behandlung sowie vorhandene Angebote sind nicht nur für Menschen mit Diabetes und deren Angehörige, Risikogruppen, Fachleute, sondern auch für die gesamte Bevölkerung von Interesse.

An dieser Stelle setzt das Nationale Diabetes-Informationszentrum des DDZ – im Sinne des DDZ-Leitspruchs „Diabetes verstehen – Menschen helfen“ – mit seinen Aktivitäten an. Neben dem Informationsportal „Diabinfo“ im Internet sowie dem Düsseldorfer Diabetes-Tag, existiert mit dem Regionalen Innovationsnetzwerk (RIN) Diabetes seit 2014 eine Plattform am DDZ,

in der sich Akteure aus den Bereichen Wissenschaft, Versorgung, Gesundheitswirtschaft, Patientenorganisationen und öffentliche Verwaltung auf lokaler und regionaler Ebene vernetzen. Ein wichtiges Anliegen des RIN Diabetes besteht darin, den Menschen im Großraum Düsseldorf Informationen zu lokalen Versorgungsstrukturen und Angeboten zur Verfügung zu stellen.

Seit 2015 bietet das RIN Diabetes allen Interessierten mit dem Wegweiser Diabetes im Internet eine Übersicht an lokalen Partnern der Diabetesversorgung. Anlässlich des Weltweitdiabetestages 2018 veröffentlichte das RIN Diabetes eine erste breitgefächerte Informationsbroschüre, die zahlreiche Angebote sowie weitere wichtige Informationen zum Krankheitsbild Diabetes abbildet.



In der 2. Auflage der Broschüre finden Sie nun mehr als 150 Präventions-, Beratungs- und Versorgungsangebote von Diabetologen, Bewegungs- und Ernährungsanbietern, Selbsthilfegruppen sowie weiteren Ansprechpartnern übersichtlich aufgearbeitet. Neben einleitenden Texten zum Diabetes informieren die Autoren auch über die Bedeutung von Schulungen für Menschen mit Diabetes sowie über die Notwendigkeit von regelmäßigen Kontrollen der zahlreichen Folgeerkrankungen des Diabetes.

Der Wegweiser Diabetes dient als praktische Orientierungshilfe zum Diabetes für den Großraum Düsseldorf und ist ein weiterer Baustein für ein selbstbestimmtes Leben mit Diabetes.

Ich danke dem Netzwerk und allen Partnern, die an der Entwicklung und Aktualisierung der 2. Auflage mitgewirkt haben.

Ihr

Prof. Dr. Michael Roden

Wissenschaftlicher Geschäftsführer und Vorstand
des Deutschen Diabetes-Zentrums (DDZ),
Direktor der Klinik für Endokrinologie und
Diabetologie am Universitätsklinikum Düsseldorf

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

laut Robert-Koch-Institut leben allein in Deutschland rund 6,7 Mio. Menschen mit Diabetes mellitus. Diese Zahl wirkt erst einmal erschreckend. Doch alle diese Menschen zeigen uns täglich, wie gut man heute mit dieser Erkrankung leben kann. Alleine mit Hilfe von Bewegung, Ernährung und den neuesten Behandlungsmethoden können viele von Ihnen ein normales und glückliches Leben ohne Einschränkungen führen. Dafür sind eine gute Aufklärung und Betreuung entscheidend.

Mir als Beigeordneter für Gesundheit der Landeshauptstadt Düsseldorf ist es wichtig, die Düsseldorferinnen und Düsseldorfer gut zu informieren und den Betroffenen zu zeigen, dass Diabetes zwar eine ernstzunehmende Krankheit ist, mit der man aber gut leben kann, wie so viele Menschen es beweisen. Allen anderen

möchte ich zeigen, wie es gar nicht erst zu einer Erkrankung kommt, wie sie gesünder leben können.

Um alle Düsseldorferinnen und Düsseldorfer zu erreichen, benötigt es viel Arbeit und Aufmerksamkeit. Jedes Jahr am 14. November beispielsweise wird der Weltdiabetestag gefeiert. An diesem Tag finden in der ganzen Welt verschiedene Aktionen rund um das Thema statt, um auf die steigende Verbreitung des Diabetes mellitus aufmerksam zu machen.

Doch so ein Tag im Jahr reicht nicht aus. Daher bin ich sehr froh, dass das Regionale Innovationsnetzwerk (RIN) Diabetes mit seinen zahlreichen Partnern und zusammen mit dem Deutschen Diabetes Zentrum (DDZ) in Düsseldorf diesen umfangreichen Wegweiser Diabetes entwickelt hat.

Hier finden Betroffene sowie alle Interessierten wichtige Informationen, Angebote und Adressen rund um das Thema. Hier werden alle Hilfen aufgezeigt, die sie brauchen – und das zusammengefasst in einem Heft.

An dieser Stelle möchte ich mich bei allen Menschen in der Landeshauptstadt Düsseldorf bedanken, die sich dafür einsetzen, dass die Zahl der an Diabetes mellitus erkrankten Betroffenen nicht noch weiter steigt, sondern eher abnimmt. Bei den Menschen, die uns darin unterstützen gut aufzuklären und zu informieren.

Mein besonderer Dank geht aber an alle, die so tatkräftig an dieser Broschüre gearbeitet haben.

Ihr

Prof. Dr. Andreas Meyer-Falcke

Beigeordneter für Gesundheit der
Landeshauptstadt Düsseldorf





NEU ENTDECKTER DIABETES?

ERHÖHTES DIABETES-RISIKO?

**7% der deutschen Bevölkerung
haben Diabetes. Nehmen Sie an
unserer Studie teil!**

0211 / 33 82-209

www.deutsche-diabetes-studie.de



DDZ
Deutsches Diabetes-Zentrum



RIN Diabetes e.V.

In Nordrhein-Westfalen leben derzeit rund eine Million Menschen mit bekanntem Typ-2-Diabetes. Hinzu kommt eine hohe Dunkelziffer. Die Zunahme des Diabetes und das damit einhergehende erhöhte Risiko für das Auftreten von Begleit- und Folgeerkrankungen an Augen, Nieren und Nerven sowie am Herzen und an den Gefäßen stellt eine gesamtgesellschaftliche Herausforderung dar.

Das Regionale Innovationsnetzwerk (RIN) Diabetes stellt sich dieser Herausforderung und setzt auf lokaler und regionaler Ebene neue Impulse in der Prävention und Versorgung des Diabetes. Zusammen mit Mitgliedern aus den relevanten Bereichen der Wissenschaft, Versorgung, Wirtschaft, Patientenvertretung und öffentlichen Verwaltung werden seit Entstehung des Netzwerkes im Jahr 2014

innovative Ideen entwickelt und umgesetzt. Gestartet als informelles Netzwerk, führt das RIN Diabetes seine Aktivitäten seit 2019 als Verein fort.

RIN Diabetes ist schwerpunktmäßig in den Handlungsfeldern **Information und Aufklärung, Verbesserung der Diabetesprävention und des Diabetesmanagements** sowie **Vernetzung und Wissenstransfer zwischen Akteuren** im Großraum Düsseldorf tätig.

Ziel ist es, gewonnene Erkenntnisse auf weitere Regionen zu übertragen und somit zukünftig eine überregionale Ausweitung anzustreben.



Dr. Olaf Spörkel

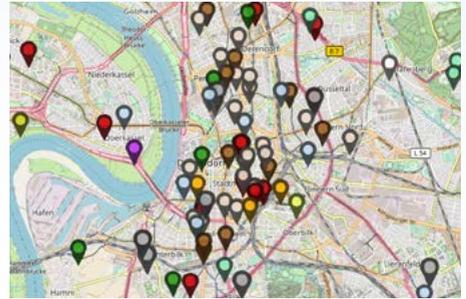
Vorstandsvorsitzender RIN Diabetes e. V.

Das RIN Diabetes hat mit seinen Mitgliedern und Partnern diese Informationsbroschüre für den Großraum Düsseldorf entwickelt.

Zusätzlich finden Sie eine kontinuierlich aktualisierte Variante im Internet unter wegweiser.rin-diabetes.de.

Des Weiteren wirken das RIN Diabetes und seine Mitglieder seit 2016 tatkräftig am Düsseldorfer Diabetes-Tag mit. www.duesseldorfer-diabetestag.de

Der Informationstag bietet einmal jährlich ein abwechslungsreiches Programm mit Vorträgen, einer Industrieausstellung sowie der Möglichkeit an zahlreichen kostenlosen Mitmach-Aktionen aktiv teilzunehmen. Nutzen Sie die Gelegenheit an den Informationsständen die Vielfältigkeit des RIN Diabetes kennenzulernen.



Weitere Informationen zum Verein und dem Wegweiser Diabetes finden Sie unter:

www.rin-diabetes.de

Bundesweit betroffen – regional versorgt: Finden Sie das passende Angebot für sich oder Ihre(n) Angehörige(n).

Pro Jahr erkranken
600.000 Menschen
in Deutschland neu
an Diabetes.

Pro Jahr
erblinden etwa
2000 Menschen
mit Diabetes.

Rund 70%
der jährlichen
Amputationen be-
treffen Menschen
mit Diabetes.

Pro Jahr werden
14.000 Menschen
mit Diabetes
dialysepflichtig.

Bei Diabetes
ist das Risiko für
einen Schlaganfall
doppelt so hoch,
das Risiko für einen
Herzinfarkt 3–6
mal höher.



Diese Broschüre enthält insgesamt 175 Präventions-, Beratungs- und Versorgungsangebote für interessierte Personen, Risikogruppen und Menschen mit Diabetes sowie deren Angehörige. Finden Sie für sich das Richtige aus dem breiten Angebotsspektrum.

175

In 10 Kategorien listet dieser Wegweiser verschiedene Angebote und Akteure der Diabetes-Versorgung im Großraum Düsseldorf auf. Hier finden Sie das passende Angebot für sich oder Ihre(n) Angehörige(n) – egal ob jung oder alt.

10

Diabetes kann Betroffene und/oder Angehörige psychisch belasten. Acht Angebote im Großraum Düsseldorf helfen Ihnen mit den psychischen Belastungen besser zurecht zu kommen.

8

Von den Angeboten in dieser Broschüre sind 82 allein in Düsseldorf zu finden. Sicherlich ist auch in Ihrer Nähe ein passendes Angebot für Sie vorhanden.

82

Neun gelistete Selbsthilfegruppen im Großraum Düsseldorf, widmen sich speziell dem Krankheitsbild Diabetes. Nehmen Sie Kontakt zu den Organisatoren auf und tauschen Sie sich mit anderen Menschen mit Diabetes aus.

9



Typ-1-Diabetes

Der Typ-1-Diabetes beruht auf einer Autoimmunreaktion des Körpers: Weiße Blutkörperchen des Immunsystems richten sich gegen die körpereigenen insulinbildenden Betazellen der Bauchspeicheldrüse und zerstören diese. Zunehmend wird weniger bis gar kein Insulin mehr produziert, bis schließlich ein absoluter Insulinmangel entsteht.

Symptome

Bei Menschen mit Typ-1-Diabetes treten die Anzeichen meist innerhalb von Tagen oder Wochen auf. Typische Symptome einer Diabeteserkrankung sind:

- vermehrter Harndrang
- gesteigertes Durstgefühl
- Gewichtsverlust
- Schwächegefühl und Abgeschlagenheit
- trockene, juckende Haut
- schlecht heilende Wunden
- Sehstörungen

Bei ca. 30% der Betroffenen kommt es durch den absoluten Insulinmangel zu einer lebensbedrohlichen diabetischen Ketoazidose (DKA), einer Übersäuerung des Blutes durch Ketonkörper und schwerwiegende Stoffwechsellage.

Epidemiologie

Etwa 5% der Menschen mit Diabetes sind an Typ-1-Diabetes erkrankt. Nach aktuellen Schätzungen sind 32.000 Kinder und Jugendliche sowie 340.000 Erwachsene in Deutschland von der Erkrankung betroffen.

Der Typ-1-Diabetes wird vor allem bei Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen diagnostiziert. Dabei ist die Neuerkrankungsrate bei Kindern im Alter zwischen 11 und 13 Jahren am höchsten. Aus diesem Grund wurde dieser Diabetestyp früher auch als jugendlicher oder juveniler Diabetes bezeichnet. Dennoch kann die Krankheit in jedem Alter auftreten.

Risikofaktoren

Die genauen Ursachen des Typ-1-Diabetes sind bis heute unklar. Es gilt als wahrscheinlich, dass erbliche Veranlagung und äußere Faktoren wie bestimmte Viruserkrankungen zu einer Fehlsteuerung des Immunsystems führen können. Auch der Verzehr von Kuhmilch im Säuglingsalter scheint das Risiko zu erhöhen, an Typ-1-Diabetes zu erkranken.

Behandlung

Beim Typ-1-Diabetes wird der Spiegel der Blutglukose (Blutzucker) mit Hilfe von Insulin eingestellt und auf einem adäquaten Niveau gehalten. Typ-1-Diabetes ist bisher nicht heilbar.

Das lebensnotwendige Insulin muss daher regelmäßig zugeführt werden – entweder über Spritzen beziehungsweise Pens oder über eine Insulinpumpe. Unter Beachtung einiger Voraussetzungen ist es möglich, ein normales Leben zu führen.

Quellen:

American Diabetes Association. Standards of Medical Care in Diabetes – 2017. Diabetes Care 2017 Jan; 40 (Suppl. 1): 1–135
Jacobs E et al. Epidemiologie des Diabetes in Deutschland. Deutscher Gesundheitsbericht Diabetes 2020; 9-16

Typ-2-Diabetes

Der Typ-2-Diabetes beruht auf einer verminderten Insulinwirkung sowie einer zusätzlichen Störung der Insulinfreisetzung. Die Körperzellen reagieren nicht mehr so empfindlich auf das freigesetzte Insulin (Insulinresistenz) und die insulinbildenden Zellen der Bauchspeicheldrüse schütten zu wenig Insulin aus, um eine ausreichende Insulinwirkung zu erzielen. Als Folge steigt der Blutglukosespiegel an.

Symptome

Die Entwicklung des Typ-2-Diabetes erfolgt oft schleichend über mehrere Jahre. Aufgrund fehlender oder unspezifischer Symptome, z. B. Müdigkeit oder verminderte Leistungsfähigkeit, erfolgt die Diagnose häufig nur durch Zufall. Bei sehr hohen Blutglukosewerten können jedoch auch bei Menschen mit Typ-2-Diabetes die typischen Diabetes-spezifischen Krankheitssymptome (z. B. gesteigerter Durst, vermehrter Harndrang und Sehstörungen) auftreten.

Epidemiologie

Der Typ-2-Diabetes macht ca. 95% aller Diabetes-Erkrankungen aus. In Deutschland sind aktuell mind. 6,9 Millionen Menschen an Typ-2-Diabetes erkrankt und die Tendenz ist steigend. Zusätzlich gehen Experten von einer Dunkelziffer von mind. 2 Millionen Menschen in Deutschland aus.

Typ-2-Diabetes entwickelt sich hauptsächlich ab dem 40. Lebensjahr und wurde daher lange als Altersdiabetes bezeichnet.

In den letzten Jahren sind die Personen mit Typ-2-Diabetes bei Diagnosestellung jedoch zunehmend jünger.

Risikofaktoren

Der Hauptrisikofaktor für die Entstehung der Erkrankung ist das metabolische Syndrom (=Wohlstandssyndrom). Hierbei treffen vier Risikofaktoren zusammen:

- bauchbetontes Übergewicht,
- Fettstoffwechselstörung,
- Bluthochdruck und
- ein gestörter Glukosestoffwechsel (Insulinresistenz).

Zugrunde liegt meist eine kalorienreiche Kost sowie Bewegungsmangel. Diese Faktoren spielen daher auch in der Prävention bzw. der Therapie des Typ-2-Diabetes eine entscheidende Rolle. Weitere Risikofaktoren sind eine erbliche Vorbelastung und das Alter.

Behandlung

Der Blutglukosespiegel von Menschen mit Typ-2-Diabetes lässt sich meist durch eine Veränderung des Lebensstils mit Ernährungsumstellung und regelmäßiger körperlichen Aktivität sowie gegebenenfalls einer Einnahme von antidiabetisch wirkenden Medikamenten wie Metformin gut einstellen. Reichen diese Maßnahmen nicht mehr aus, kann eine unterstützende Insulintherapie notwendig werden.

Weitere Informationen zu den Diabetes-Typen sowie den Sonderformen erhalten Sie unter www.diabinfo.de

Quellen:

American Diabetes Association. Standards of Medical Care in Diabetes – 2017. Diabetes Care 2017 Jan; 40 (Suppl. 1): 1-135
Jacobs E et al. Epidemiologie des Diabetes in Deutschland. Deutscher Gesundheitsbericht Diabetes 2020; 9-16
International Diabetes Federation, IDF Diabetes Atlas, Seventh Edition, 2015.
Heidemann, C. and S.-N. C. Prävalenz, Inzidenz und Mortalität von Diabetes mellitus bei Erwachsenen in Deutschland – Bestandsaufnahme zur Diabetes-Surveillance, B. Robert Koch-Institut, Editor. 2017: Journal of Health Monitoring.



Schwangerschaftsdiabetes (Gestationsdiabetes)

Schwangerschaftsdiabetes, in der Fachsprache Gestationsdiabetes genannt, zählt zu den häufigsten Begleiterkrankungen einer Schwangerschaft. Diese Form des Diabetes wird erstmals während einer Schwangerschaft diagnostiziert und verschwindet meist wieder nach deren Ende. Unerkannt besteht ein Risiko für die Mutter und das noch ungeborene Kind. Konsequenterweise durchgeführte Suchtests und eine rechtzeitige Behandlung mindern die Gefahr für die Mutter und ihr Kind.

Ein Schwangerschaftsdiabetes ist definiert als eine Kohlenhydrat-Stoffwechselstörung, die erstmals in einer Schwangerschaft auftritt bzw. diagnostiziert wird. Frauen mit einem bestehenden Diabetes, die schwanger werden, werden nicht unter diesem Begriff zusammengefasst.

Schätzungen zufolge entwickeln in Deutschland weit mehr als fünf Prozent aller Schwangeren einen Schwangerschaftsdiabetes. 35–60% der Frauen, bei denen diese Erkrankung diagnostiziert wurde, erkranken innerhalb von zehn Jahren an einem Typ-2-Diabetes.

Weitere Informationen zum Thema Schwangerschaftsdiabetes erhalten Sie unter www.diabinfo.de

Quellen:

Kleinwechter H. et al. Schwangerschaftsdiabetes (Gestationsdiabetes) – Leitlinie für Patientinnen, Schwangere und Interessierte zu Diagnostik, Behandlung u. Nachsorge der Deutschen Diabetes-Gesellschaft (DDG) und der Deutschen Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe (DGGG) 2012
Kleinwächter H. et al. Gestationsdiabetes mellitus (GDM) – Diagnostik, Therapie und Nachsorge. Diabetologie 2016; 11: 182–194



Das Diabetesinformationsportal

verständlich, qualitätsgesichert, unabhängig

diabinfo.de bietet aktuelle, neutrale und wissenschaftlich geprüfte Informationen zu allen Formen des Diabetes mellitus über das Internet an. Erkenntnisse aus der Medizin und der Diabetes-Forschung werden allgemeinverständlich aufbereitet.



www.diabinfo.de

Angeboten von:



DDZ
Deutsches Diabetes-Zentrum

HelmholtzZentrum münchen
Deutsches Forschungszentrum für Gesundheit und Umwelt

Initiiert von:



BZgA
Bundeszentrale
für gesundheitliche
Aufklärung

Gefördert durch:



als Mitglied ihrer Einrichtungen
an Deutschen Bundesländern

Diagnose des Diabetes

Der Diabetes ist eine Stoffwechselerkrankung, die durch einen erhöhten Blutglukosespiegel gekennzeichnet ist.

Zur Diagnose des Diabetes stehen mehrere Möglichkeiten zur Verfügung. In ihren aktuellen Empfehlungen definieren die Deutsche und die Amerikanische Diabetes Gesellschaft die Bestimmung der folgenden Werte zur Diagnosefindung:

- HbA1c
- Nüchtern-Plasmaglukose
- 2-Stunden-Plasmaglukose in einem 75 g oralen Glukosetoleranztest (OGTT)
- Gelegenheits-Plasmaglukose

HbA1c-Wert

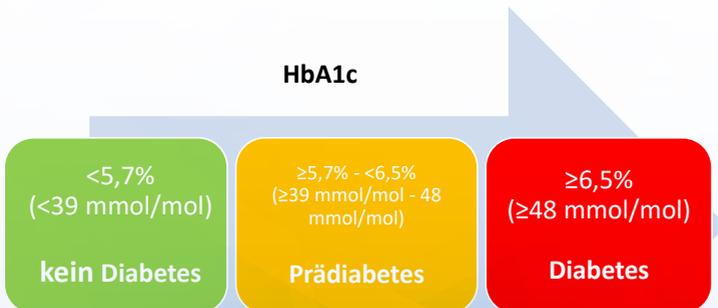
Der HbA1c-Wert beschreibt die durchschnittliche Blutglukosekonzentration (Blutzuckerkonzentration) der letzten acht bis zwölf Wochen.

Ist der HbA1c-Wert **größer oder gleich 6,5%**, bzw. 48 mmol/mol, liegt ein Diabetes vor.

Bei einem HbA1c-Wert **unter 5,7%** (39 mmol/mol) kann die Krankheit hingegen ausgeschlossen werden.

HbA1c-Werte zwischen diesen Grenzen bedürfen einer weiteren Abklärung durch Messung der Nüchtern-Plasmaglukose und des OGTT-2-Stunden-Plasmaglukose-Wertes.

Neben der verwendeten Messmethode können sich auch das Alter, eine Schwangerschaft oder eine Blutarmut (Anämie) sowie eine Dialyse-Behandlung und Transfusionen auf den HbA1c-Wert auswirken.



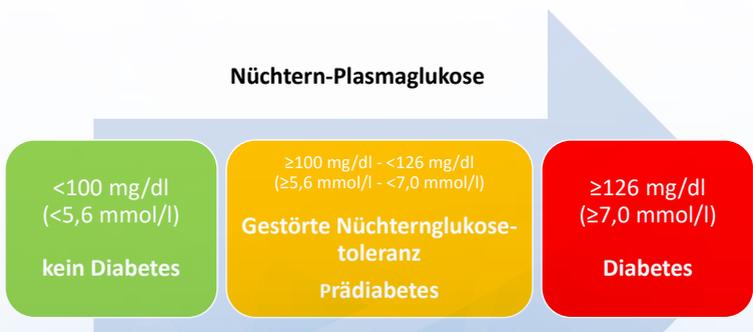
Nüchtern-Plasmaglukose

Die Nüchtern-Plasmaglukose wird morgens, nach einer Fastenperiode von mindestens acht Stunden, durch eine Blutabnahme bestimmt.

Ein Diabetes liegt vor bei einem Nüchtern-Plasmaglukose-Wert **von 126 mg/dl (7,0 mmol/l) oder größer**.

Bei einem Messwert zwischen 100 mg/dl (5,6 mmol/l) und 125 mg/dl (7,0 mmol/l) liegt eine gestörte Nüchternglukosetoleranz vor, d. h. der morgendliche Nüchtern-Plasmaglukose-Wert liegt nach mindestens acht Stunden eines vollständigen oder teilweisem Nahrungsaufnahmeverzichts in dem genannten Zielbereich.

Zur Abklärung sollte zusätzlich der OGTT-2-Stunden-Plasmaglukosespiegel bestimmt werden. In diesem Zusammenhang sollte erwähnt werden, dass die Weltgesundheitsorganisation (WHO) und zahlreiche andere Diabetes Gesellschaften den Grenzwert für eine gestörte Nüchternglukosetoleranz bei 110 mg/dl (6,1 mmol/l) ansetzen.



Diagnose des Diabetes

Oraler Glukosetoleranztest (OGTT)

Der orale Glukosetoleranztest (OGTT) dient der Kontrolle des Blutglukosespiegels und wird bei Verdacht auf das Vorliegen eines Diabetes durchgeführt. Der OGTT zeigt an, wie gut der Zucker aus der Nahrung in die Körperzellen aufgenommen werden kann.

Bei einer adäquaten Stoffwechsellage führt die Aufnahme von Kohlenhydraten zu einem Anstieg der Blutglukosekonzentration, die eine Ausschüttung von Insulin aus der Bauchspeicheldrüse auslöst. Das Insulin bewirkt die Aufnahme der Glukose in die Körperzellen, wodurch der Glukosespiegel im Blut wieder rasch abgesenkt wird.

Wenn jedoch eine Diabetes-bedingte Störung der Insulinausschüttung (Insulinsekretionsstörung) oder eine verminderte Insulinempfindlichkeit (Insulinresistenz) der Körperzellen vorliegt, wird eine zu geringe Menge Insulin aus der Bauchspeicheldrüse ausgeschüttet, bzw. wirkt das ausgeschüttete Insulin nicht richtig. Dies führt zu einem höheren und länger anhaltenden Anstieg des Blutglukosespiegels.

Der OGTT findet im Sitzen oder Liegen, nach einem acht- bis zwölfstündigen Nahrungs- und Rauchverzicht, im Ruhezustand statt. Drei Tage vor der Durchführung des OGTTs sollte eine kohlenhydratreiche Ernährung angestrebt werden (≥ 150 g Kohlenhydrate pro Tag).

Zu Beginn des Testes (Zeitpunkt 0) wird eine vorgefertigte Glukoselösung mit 75 g Glukose innerhalb von fünf Minuten getrunken. Während der zweistündigen Messperiode erfolgt eine Blutabnahme zur Bestimmung des Blutglukosespiegels zu den Zeitpunkten 0 und 120 Minuten.

Eine normale Glukosetoleranz wird definiert durch einen Nüchtern-Plasmaglukose-Wert (Zeitpunkt 0) kleiner 100 mg/dl ($< 5,6$ mmol/l) und einen OGTT-2-Stunden-Plasmaglukose-Wert kleiner 140 mg/dl ($< 7,8$ mmol/l).

Bei Nüchtern-Plasmaglukose-Werten größer gleich 126 mg/dl (7,0 mmol/l) oder OGTT-2-Stunden-Werten größer gleich 200 mg/dl (11,1 mmol/l), liegt ein Diabetes vor.



Personen, die einen Plasmaglukosespiegel oberhalb der normalen Glukosetoleranz, aber unterhalb der Diabetesdiagnose aufweisen, haben ein erhöhtes Risiko an Diabetes zu erkranken. Dieser Übergangsbereich wird als Prädiabetes bezeichnet und umfasst eine gestörte Nüchternglukose (Nüchtern-Glukosespiegel größer gleich 100 mg/dl und kleiner 126 mg/dl ($\geq 5,6$ mmol/l und $< 7,0$ mmol/l)) sowie eine gestörte Glukosetoleranz (2-Stunden OGTT größer gleich 140 mg/dl und kleiner 200 mg/dl ($\geq 7,8$ mmol/l und $< 11,1$ mmol/l)).

Bei Personen mit einem bereits diagnostizierten Diabetes sowie bei Vorliegen eines Infekts oder Erkrankungen des Verdauungstraktes mit Einfluss auf die Nährstoff-Aufnahme, ist der OGTT nicht anwendbar. Nach einer Teilentfernung des Magen-Darm-Trakts kann ein OGTT durchgeführt werden, es können jedoch häufiger Komplikationen auftreten.



Gelegenheitsplasmaglukose

Bei Vorliegen von Symptomen einer Überzuckerung (Hyperglykämiesymptomen) wie einem vermehrtem Harndrang, gesteigertem Durst und Schwächegefühl, eignet sich als Diagnoseform darüber hinaus die Bestimmung des Gelegenheitsplasmaglukosespiegels.

Ein Glukosespiegel im nicht nüchternen Zustand von 200 mg/dl (11,1 mmol/l) oder höher, weist auf das Vorliegen eines Diabetes hin. Die Diagnose sollte zusätzlich durch die Bestimmung des Nüchtern-Plasmaglukosespiegels oder die Durchführung eines OGTTs überprüft werden.

Wenn die einzelnen Diagnosemethoden keine eindeutigen Ergebnisse liefern, sollte der Test wiederholt werden bzw. weitere Diagnosekriterien zur Diagnosefindung herangezogen werden.

Bei Menschen mit Typ-1-Diabetes kann zusätzlich eine Bestimmung von mit Diabetes in Verbindung stehenden Antikörpern, die sich gegen den eigenen Körper richten (z. B. ICA, GAD oder IAA) erfolgen.

Weitere Informationen zum Thema Diagnose finden Sie sich unter www.diabinfo.de

Quellen:

Nauck et al. Definition, Klassifikation und Diagnostik des Diabetes mellitus. Diabetologie 2017; 12: S94-S100
American Diabetes Association. Standards of medical care in diabetes – 2017. Diabetes Care 2017 Jan; 40 (Suppl 1): 1-135

Schulung bei Typ-1-Diabetes

Blutzucker messen, Insulin spritzen, den Kohlenhydratgehalt von Lebensmitteln abschätzen: Menschen mit Typ-1-Diabetes müssen sich nach der Diagnose mit vielen Dingen beschäftigen, von denen sie vor der Erkrankung keine Ahnung hatten. Einen Großteil der Behandlung übernehmen sie dabei im Alltag selbst – oder im Fall von kleinen Kindern die Eltern.

Das zum Diabetes-Management nötige Wissen und die nötigen Fertigkeiten erlernen Menschen mit Typ-1-Diabetes nach der Diagnose in strukturierten Schulungen. Wissenschaftliche Studien haben in der Vergangenheit die Effektivität dieser Basisschulungen belegt: Diese liegt vor allem in einem verbesserten Langzeitwert für die Blutzuckerkontrolle (HbA1c) und einer erhöhten Therapiezufriedenheit.

Schulung als Teil eines strukturierten Behandlungsprogramms

Bei Interesse an einer Schulung sollten Betroffene sich an den behandelnden Arzt oder eine diabetologische Schwerpunktpraxis in der Nähe wenden.

In der Regel werden die betreuenden Ärzte dafür Sorge tragen, dass **Patienten mit Typ-1-Diabetes nach der Diagnose so schnell wie möglich an einer Basisschulung teilnehmen.**

Die Schulung ist oft Teil eines strukturierten Behandlungsprogramms (Disease-Management-Programm, DMP).



DMPs sollen Menschen mit Typ-1-Diabetes dazu befähigen, die Therapie im Alltag kompetent zu übernehmen, Folgeerkrankungen zu vermeiden und Lebensqualität trotz Krankheit zu bewahren. Neben Schulungen erhalten Patienten in DMPs ein für sie maßgeschneidertes Therapiekonzept.

In der Regel ist bei einer Schulung die Kostenübernahme durch die Krankenkasse kein Problem. Erkundigen Sie sich im Zweifelsfall einfach bei Ihrer Krankenkasse. Wird die Schulung als Teil eines DMPs besucht, haben Menschen mit Diabetes Anrecht auf eine Kostenübernahme.

Welche Schulungen gibt es bei Typ-1-Diabetes?

Für Menschen mit Typ-1-Diabetes gibt es verschiedene Schulungsprogramme. In den Basisschulungen geht es um grundlegende Fragen der Therapie und des Alltags mit der Erkrankung.

Kurse für Erwachsene mit Typ-1-Diabetes bestehen meist aus Kleingruppen mit etwa 4 bis 10 Teilnehmern. Kinder mit Typ-1-Diabetes erhalten in der Regel eine Einzelschulung zu Beginn. Bei dieser sind auch die Eltern anwesend, da sie einen Großteil der Therapie im Alltag übernehmen. Den Kindern selbst wird das nötige Wissen – etwa eine beginnende Unterzuckerung bei sich selbst wahrzunehmen – möglichst spielerisch beigebracht. Je älter die Kinder, desto mehr Verantwortung dürfen und sollen sie selbst für die Therapie übernehmen.

In anderen Schulungen für Menschen mit Typ-1-Diabetes geht es um spezifische Situationen oder Probleme rund um die Erkrankung:

- Schulungen bei Schwierigkeiten, eine Unterzuckerung wahrzunehmen (Hypoglykämie-Wahrnehmungstraining)
- Schulungen bei bestimmten Folge- und Begleiterkrankungen des Typ-1-Diabetes: Bluthochdruck (Hypertonie) oder das diabetische Fußsyndrom
- Schulungen für Patienten, die ihren Blutzucker mit einem Flash-Glukose-Monitoring (FGM)-System kontrollieren

Die Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG) bietet auf ihrem Internetauftritt eine Übersicht über alle zertifizierten Schulungsprogramme für Menschen mit Diabetes.

Einen Link zu dieser Übersicht und weitere Hintergrundartikel zu dem Thema finden Sie unter www.diabinfo.de

Schulung bei Typ-2-Diabetes

Menschen mit Typ-2-Diabetes kümmern sich im Alltag weitestgehend selbst um ihre Behandlung. Zwar verschreibt der behandelnde Arzt nach der Diagnose geeignete Medikamente, und erstellt eine auf den Einzelfall abgestimmte Ernährungs- und Bewegungstherapie. Danach müssen Patienten aber selbst dafür Sorge tragen, dass sie auf ihren Blutzucker achten und die mit der Behandlung verbundenen Änderungen im Lebensstil umsetzen. Das fällt im Alltag nicht immer leicht.

Ein wichtiges Ziel der Schulungen ist es, bei den Änderungen im Lebenswandel zu unterstützen, die bei Typ-2-Diabetes oft notwendig sind. Zudem sollen sie die Lebensqualität erhöhen und dabei helfen, sowohl akute Notfälle als auch langfristige Folgeerkrankungen des Diabetes zu verhindern.

Es empfiehlt sich, für jeden Patienten mit Typ-2-Diabetes zu Beginn der Therapie eine entsprechende Schulung zu besuchen. Auswertungen von Studien zeigen, dass Menschen mit Diabetes, die an einer Schulung teilgenommen haben, bessere Blutzuckerwerte besitzen, an Lebensqualität gewinnen und seltener an Depressionen leiden.

Schulung als Teil eines strukturierten Behandlungsprogramms

Bei Interesse an einer Schulung sollten Menschen mit Diabetes sich an den Hausarzt oder eine diabetologische Schwerpunktpraxis in der Nähe wenden. Oft ist die Schulung Teil eines Disease-Management-Programms (DMP). Diese strukturierten Behandlungsprogramme sollen die Gesundheitskompetenz der Teilnehmenden stärken und ihnen zu mehr Lebensqualität trotz Krankheit verhelfen. Neben Schulun-

gen erhalten Menschen mit Typ-2-Diabetes ein individuell auf sie zugeschnittenes Therapiekonzept von dem Arzt.

Ist die Schulung Teil eines DMPs, erstatten die Krankenkassen die Kosten auf jeden Fall. Ansonsten sollten Patienten bei ihrer Kasse nachfragen. In der Regel ist die Kostenübernahme durch die Krankenkasse kein Problem.

Welche Schulungen gibt es bei Typ-2-Diabetes?

Für Menschen mit Typ-2-Diabetes gibt es verschiedene Schulungsprogramme. Basisschulungen behandeln grundlegende Fragen der Therapie und des Alltags mit der Erkrankung. In anderen Schulungen geht es um spezifische Situationen oder Probleme:

- Schulungen für Patienten mit Typ-2-Diabetes, die mit einer Insulintherapie beginnen. Hier gibt es je nach Art der Insulinbehandlung verschiedene Schulungen
- Schulungen für Patienten im höheren Lebensalter
- Schulungen bei Problemen, eine Unterzuckerung wahrzunehmen (Hypoglykämie-Wahrnehmungstraining)
- Schulungen bei bestimmten Folge- und Begleiterkrankungen des Typ-2-Diabetes: Bluthochdruck (Hypertonie) oder das diabetische Fußsyndrom
- Schulungen für Patienten, die ihren Blutzucker mit einem Flash-Glukose-Monitoring-System (FGM) kontrollieren

Die Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG) bietet auf ihrem Internetauftritt eine Übersicht über alle zertifizierten Schulungsprogramme für Menschen mit Diabetes.

Wann ist eine erneute Schulung sinnvoll?

Die Schulung nach der Diagnosestellung ist eine wichtige Voraussetzung, um den Alltag mit Diabetes zu meistern. Gegebenenfalls kann zu einem späteren Zeitpunkt eine weitere Schulung sinnvoll sein, entweder in Form einer Auffrischung oder eines komplett neuen Kurses. Das ist vor allem der Fall bei:

- Änderungen in der Behandlung, etwa eine Umstellung der Insulintherapie
- Entwicklung einer Folgeerkrankung
- Mangelnde Motivation, sich um die Therapie zu kümmern („Diabetes-Burnout“)
- Schlechte Stoffwechseleinstellung, etwa vermehrtes Auftreten von Unterzuckerungen
- Andere Probleme bei der Umsetzung der Therapie



Bei einem Wunsch nach einer neuen Schulung können Patienten den behandelnden Arzt darauf ansprechen. Für jeden der oben genannten Fälle gibt es einen passenden Kurs – entweder eine erneute Basisschulung oder eine der spezifischen Schulungen.

Weitere Informationen und Quellen zum Thema Diabetesschulungen finden Sie unter www.diabinfo.de

Quellen zum Thema Schulungen:

- Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG): Übersicht anerkannter Schulungs- und Behandlungsprogramme <https://www.deutsche-diabetes-gesellschaft.de/zertifizierung/schulungsprogramme.html>
- Bundesärztekammer, Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV), Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF): Nationale VersorgungsLeitlinie: Diabetes - Strukturierte Schulungsprogramme. 1. Auflage, Version 4, 2012
- Ehrmann, D. et al.: Comparison of the Efficacy of a Diabetes Education Programme for Type 1 Diabetes (PRIMAS) in a Randomised Controlled Trial Setting and the Effectiveness in a Routine Care Setting: Results of a Comparative Effectiveness Study. In: PLoS One, 2016, 11: e0147581
- Ellis, S. E. et al.: Diabetes patient education: a meta-analysis and meta-regression. In: Patient Education and Counselling, 2004, 52: 97-105 <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/14729296>
- Hien, P. et al.: Diabetes Handbuch. 7. Auflage. Springer-Medizin, 2013
- Minet, L. et al.: Mediating the effect of self-care management intervention in type 2 diabetes: a meta-analysis of 47 randomised controlled trials. In: Patient Education and Counselling, 2010, 80: 29-41 <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19906503>
- Mühlhauser, I. et al.: Evaluation of an intensified insulin treatment and teaching programme as routine management of type 1 (insulin-dependent) diabetes. The Bucharest-Dusseldorf Study. In: Diabetologia, 1987, 30: 681-90

Folgeerkrankungen vorbeugen

Diabetes kann zu schweren Folgeerkrankungen führen. Hohe Blutzuckerwerte können langfristig verschiedene Organe schädigen und Stress oder sogar psychische Erkrankungen verursachen. Es gibt aber Möglichkeiten, Folgeerkrankungen eines Diabetes vorzubeugen oder die Entstehung hinauszuzögern. **Am besten ist, Sie handeln frühzeitig und kümmern sich um Ihre Diabetes-Erkrankung.**



Der **1. Schritt** ist, sich über die verschiedenen Folgeerkrankungen, ihre Entstehung und Maßnahmen zur Vorbeugung zu **informieren**. Im **2. Schritt können Sie selbst viel tun, um möglichen Folgen vorzubeugen**:

1) Ernähren Sie sich ausgewogen und abwechslungsreich. Besonders viele ballaststoffreiche Lebensmittel, wie Gemüse und Obst sowie Vollkornprodukte und Hülsenfrüchte, sollten auf Ihrem Speiseplan Platz finden. Zudem sollten bevorzugt pflanzliche Öle verwendet werden.

2) Bewegen Sie sich regelmäßig. Besonders wichtig ist die regelmäßige Bewegung im Alltag. Suchen Sie sich zudem eine Sportart, die Ihnen Spaß macht.

3) Tabakkonsum ist ein entscheidender Risikofaktor für das Auftreten von Herz- und Gefäßerkrankungen. Alkoholgenuß erhöht das Risiko für eine Fettleber, aus der sich eine Fettleberhepatitis und eine Leberzirrhose entwickeln können.

4) Achten Sie auf ein normales Körpergewicht. Wenn Sie unter Übergewicht leiden, versuchen Sie das Gewicht zu reduzieren. Gelingt es Ihnen, 5 bis 10 Prozent Ihres Ausgangsgewichtes abzunehmen, kann das Ihren Zuckerstoffwechsel deutlich verbessern.

5) Eine langfristig gute Einstellung des Blutzuckers reduziert das Risiko, dass Folgeerkrankungen auftreten und ist das A und O bei deren Vorbeugung. Besprechen Sie mit Ihrem Arzt, welcher Langzeitwert für die Blutzuckerkontrolle (HbA1c-Wert) angestrebt werden sollte. Je nach Vor- und Begleiterkrankung kann sogar ein etwas höherer Zielwert sinnvoll sein. Starke Über- oder Unterzuckerungen sollten so gut es geht vermieden werden.

6) Bluthochdruck und erhöhte Blutfette können die Gefäßfunktion zusätzlich beeinträchtigen. In Leitlinien wird empfohlen, den oberen Blutdruckwert unter 140 mmHg zu halten. Besprechen Sie Ihren Zielwert jedoch zusätzlich mit Ihrem Arzt.

Je nach betroffenem Organ sind weitere Maßnahmen zur Vorbeugung entscheidend. Informieren Sie sich hierzu in weiteren Hintergrundartikeln unter www.diabinfo.de

Regelmäßige ärztliche Untersuchungen

Nehmen Sie alle Vorsorgeuntersuchungen bei Ihrem Arzt wahr. Die wichtigsten Kontrolluntersuchungen sind im Gesundheits-Pass Diabetes der Deutschen Diabetes Gesellschaft (DDG) aufgeführt und können dort auch dokumentiert werden. Menschen mit Typ-2-Diabetes sollten diese Untersuchungen ab der Erstdiagnose regelmäßig durchführen. Für Menschen mit Typ-1-Diabetes werden sie ab dem 11. Lebensjahr oder 5 Jahre nach der Diagnose wichtig.

Wichtige Untersuchungen nach dem Gesundheits-Pass Diabetes der DDG:

Alle 3 Monate:

- Kontrolle des Körpergewichts und des Taillenumfangs
- Messung des Blutdrucks
- Bestimmung des Langzeitwertes für die Blutzuckerkontrolle (HbA1c)
- Erfassung der Häufigkeit schwerer Unterzuckerungen
- Kontrolle der Spritzstellen
- Abfrage des Rauchstatus

1 mal im Jahr:

- Bestimmung der Blutfettwerte
- Untersuchung der kleinen und großen Blutgefäße
- Untersuchung der Nieren auf eventuelle Funktionsstörungen
- Untersuchungen des Herzens
- Untersuchung der Zähne und des Zahnhalteapparates
- Untersuchung der Füße
- Untersuchungen der Nerven
- Abklären des Wohlbefindens, zum Beispiel in Bezug auf eine Depression

Alle 2 Jahre:

- Augenuntersuchungen auf Veränderungen der Netzhautgefäße (bei erhöhtem Risiko häufiger)



Je nach Befund kann es ratsam sein, die oben genannten Untersuchungen auch öfter durchzuführen.

Beobachten Sie zudem Ihren Körper regelmäßig. Hat sich das Gefühl in den Füßen verändert? Haben Sie vielleicht eine Wunde? Nehmen Sie Veränderungen an anderen Stellen, wie zum Beispiel den Augen oder Zähnen wahr?

Sprechen Sie Ihren Arzt umgehend auf Veränderungen an.

Den Gesundheits-Pass Diabetes erhalten Sie unter www.kirchheim-shop.de oder fragen Sie Ihren Arzt.

Detailliertere Informationen zu den Untersuchungen bei den einzelnen Folgeerkrankungen finden Sie unter www.diabinfo.de

Quellen:

American Diabetes Association: Standards of medical care in diabetes – 2019. In: Diabetes Care, 2019; 42(Suppl 1): S1-S193
Bundesärztekammer (BÄK) et al.: Nationale Versorgungsleitlinie Therapie des Typ-2-Diabetes. 1. Auflage. Version 4. Gültigkeit abgelaufen. In Überprüfung. 2013
Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG) & Deutsche Diabetes-Hilfe (diabetesDE): Gesundheits-Pass Diabetes. 2017
Deutsche Diabetes Gesellschaft: Therapie des Typ-1-Diabetes. S3-Leitlinie. 2. Auflage. 2018
Landgraf, R. et al.: Therapie des Typ-2-Diabetes – Praxisempfehlungen der Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG). In: Diabetologie und Stoffwechsel, 2018; 13: S83-S290

Begleit- und Folgeerkrankungen des Diabetes

Diabetes begünstigt weitere Erkrankungen, die als Folge des Diabetes auftreten können.

Zu den Begleit- und Folgeerkrankungen gehören

- Bluthochdruck,
- Augenerkrankungen (diabetische Retinopathie),
- Nervenerkrankungen (Neuropathie),
- Erkrankung der Blutgefäße der Beine/Arme (periphere arterielle Verschlusskrankheit - pAVK),
- Herzinfarkt,
- Nierenversagen/Nierenerkrankungen (diabetische Nephropathie),
- Schlaganfall und
- das diabetische Fußsyndrom.

Es gibt auch Notfälle und akute Komplikationen, die sich schnell ergeben und nicht immer vermieden werden können. Dazu gehören vor allem die Unterzuckerung (Hypoglykämie), die Übersäuerung des Blutes durch Ketonkörper (diabetische Ketoazidose) und ein schwerwiegender Flüssigkeitsverlust durch eine stark erhöhte Blutglukose (hyperosmolare Dehydratationssyndrom).

Alle können zu lebensbedrohlichen Zuständen mit Koma führen. Ob und wie ausgeprägt diese Komplikationen auftreten, hängt vor allem davon ab, wie die Stoffwechseleinstellung des Patienten ist.

Weitere Informationen zu den individuellen Folgeerkrankungen sowie Komplikationen finden Sie unter www.diabinfo.de





Augenerkrankungen (diabetische Retinopathie)

Augenerkrankungen, bedingt durch eine Diabetes-Erkrankung, sind vielfältig. Die diabetische Retinopathie und/oder Makulopathie (Schädigung der Netzhaut bzw. des Punkts des schärfsten Sehens) betrifft die kleinen Gefäße des Blutkreislaufes und gehört zu den möglichen Komplikationen eines Diabetes.

Neben der erwähnten Retinopathie und Makulopathie werden auch Entzündungen an Ober- und Unterlid, Beeinträchtigungen aller Nerven, die an der Funktion des Auges beteiligt sind, sowie Veränderungen des Augeninnendrucks (diese können zum sogenannten „Grünen Star“ führen) und Linsentrübungen beobachtet. Die diabetische Retinopathie bzw. Makulopathie wird von vielen Betroffenen zunächst nicht bemerkt.

Daher sollten sich Menschen mit Diabetes **jährlich auf Netzhautveränderungen hin untersuchen lassen**. Die Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG) empfiehlt Menschen mit Typ-1-Diabetes ab dem elften Lebensjahr oder spätestens fünf Jahre nach der Diagnosestellung und Menschen mit Typ-2-Diabetes sofort nach einer Diagnosestellung eine **regelmäßige Kontrolle des Augenhintergrundes**.

Quellen:

American Diabetes Association. Microvascular Complications and Foot Care. Sec. 10. In Standards of Medical Care in Diabetes – 2017. Diabetes Care 2017; 40 (Suppl. 1): 88–98
Bundesärztekammer (BÄK), Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV), Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF). Diabetes – Schäden an der Netzhaut: Vorbeugen und behandeln. Patienten-Leitlinie zur Nationalen VersorgungsLeitlinie 2016; 2. Auflage. Version 2. [cited: 02.01.2018]. Available from: www.netzhautkomplikationen.versorgungsleitlinien.de
Bundesärztekammer (BÄK) Arbeitsgemeinschaft der Deutschen Ärztekammern, Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV) und Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF) Prävention und Therapie von Netzhautkomplikationen bei Diabetes, Nationale VersorgungsLeitlinien 2015; Langfassung, Version 2

Das diabetische Fußsyndrom

Das diabetische Fußsyndrom ist ein vielseitiges Krankheitsbild im Rahmen eines Diabetes, das mit einer verschlechterten Wundheilung an den Füßen einhergeht.

Es reicht von kleinen oberflächlichen, oft unbemerkten Verletzungen bis hin zu großflächigen Wunden und Entzündungen, die sogar Knochen und Gelenke angreifen und zerstören können. Somit gehört das diabetische Fußsyndrom zu den häufigsten Ursachen für Fußamputationen und geht mit einer erheblichen Einschränkung der Lebensqualität einher.



Bei allen Menschen mit Diabetes sollten Füße und Schuhwerk regelmäßig untersucht werden – nicht nur vom behandelnden Therapeuten, sondern am besten täglich individuell als Selbstkontrolle: Am besten, Sie **integrieren die Begutachtung und Pflege Ihrer Füße in Ihre tägliche Routine.**

Einen anschaulichen, ausführlichen Ratgeber finden Sie unter www.diabinfo.de

Eventuell können Sie sich zusätzlich dazu eine medizinische Fußpflege bei einer Fachperson (Podologen) verschreiben lassen. Geeignetes Fachpersonal im Großraum Düsseldorf finden Sie auf Seite 76.

Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind die **häufigste Todesursache bei Menschen mit Diabetes.** Bei Menschen mit Typ-2-Diabetes treten koronare Herzkrankheiten (KHK), d. h. eine Verengung oder Verschluss der Herzkranzgefäße, und Herzinfarkte 2–3 mal häufiger auf als bei Menschen ohne Typ-2-Diabetes.



Wie bei Betroffenen mit einer diabetischen Nierenerkrankung, erfolgt die Prävention des Fortschreitens einer Herzerkrankung durch die Therapie und Vermeidung von Risikofaktoren, insbesondere des Körpergewichtes, der Blutfettwerte, des Blutdrucks und der Blutglukoseeinstellung. Zusätzlich sollte eine Veränderung des Lebensstils, wie Rauchverzicht und sportliche Aktivität angestrebt werden. Bei Betroffenen mit einem bereits bestehenden Diabetes sollte der Blutdruck nach der US-amerikanischen Diabetes Gesellschaft (ADA) unter 140/90 mmHg liegen.

Quellen:

American Diabetes Association. Cardiovascular Disease and Risk Management. Sec. 9. In Standards of Medical Care in Diabetes: Diabetes Care 2017; 40 (Suppl. 1): 75–87
Gohlke H et al. Leitlinie Risikoadjustierte Prävention von Herz- und Kreislauferkrankungen. Deutsche Gesellschaft für Kardiologie – Herz- und Kreislaufforschung e. V. 2007; 1-36
Stone NJ et al. AAC/AHA Guideline on the Treatment of Blood Cholesterol to Reduce Atherosclerotic Cardiovascular Risk in Adults – A report of the American College of Cardiology/ American Heart Association Task Force on Practice Guidelines; Circulation 2014; 129: 1-45
Whelton PK et al. ACC / AHA / AAPA / ABC / ACPM / AGS / APhA / ASH / ASPC / NMA / PCNA Guideline for the Prevention, Detection, Evaluation, and Management of High Blood Pressure in Adults. Hypertension 2017

Nervenerkrankung (Neuropathie)

Bei einem bestehenden Diabetes werden Erkrankungen des Nervensystems sehr häufig beobachtet. Grundsätzlich muss zwischen Erkrankungen des peripheren und des zentralen Nervensystems unterschieden werden. Das zentrale Nervensystem (Gehirn und Rückenmark) ist vorwiegend im Rahmen akuter Diabetes-Komplikationen (hypoglykämischer Schock, diabetisches Koma, Schlaganfälle) betroffen. Unter den chronisch verlaufenden Erkrankungen des Nervensystems dominieren bei Menschen mit Diabetes die Störungen des peripheren Nervensystems, d. h. der Nerven, die den Körper durchziehen (diabetische Neuropathie).



Diabetische Neuropathien sind häufig und treten sowohl beim Typ-1- als auch beim Typ-2-Diabetes auf. Das Risiko für das Auftreten verschiedener Neuropathie-Formen hängt von der Diabetesdauer und der Stoffwechsellage ab. Je länger ein Diabetes besteht und je schlechter die Blutglukose eingestellt ist, desto höher ist das Risiko an einer diabetischen Neuropathie zu erkranken. Erste Symptome sind häufig Missempfindungen (z. B. Kribbeln, Taubheit) an den Füßen. **Wichtigste Therapie ist eine adäquate Diabetes-Einstellung.**

Quellen:

Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG). Nationale Versorgungsleitlinie Neuropathie bei Diabetes im Erwachsenenalter, Version 5
Ziegler D. Kardiovaskuläre autonome diabetische Neuropathie. Diabetologie 2017; 12:28-42
Gibbons CH et al. Treatment-induced neuropathy of diabetes. Brain 2015; 138 (1) 43-52

Diabetische Nierenerkrankung (Nephropathie)

Bei einer Erkrankung der Niere (Nephropathie) kommt es durch eine Schädigung der kleinen Blutgefäße in den Nierenkörperchen zu einer eingeschränkten Durchblutung und Funktionsverschlechterung der Niere.



Risikofaktoren für eine Nierenerkrankung sind hohe Blutglukose- und Blutfettwerte, Bluthochdruck und Übergewicht. Auch das Alter und die Diabetesdauer spielen eine Rolle. Ein erstes Anzeichen für eine Erkrankung der Nieren ist eine erhöhte Eiweißausscheidung (Albuminurie) im Urin.

Quellen:

The Diabetes Control and Complications Trial Research Group. The effect of intensive treatment of diabetes on the development and progression of long-term complications in insulin-dependent diabetes mellitus. New England Journal of Medicine 1993; 329: 977–986
Afkarian M et al. Clinical manifestations of kidney disease among US adults with diabetes. Journal of the American Medical Association. 2016;316(6): 602–610
American Diabetes Association. Microvascular Complications and Foot Care. Sec. 10. In Standards of Medical Care in Diabetes – 2017. Diabetes Care 2017; 40 (Suppl. 1): 88–98
Schlosser M et al. Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG) Praxisempfehlung: Nierenerkrankungen bei Diabetes im Erwachsenenalter. Diabetologie 2017; 12 (Suppl 2): 115–120

Ein Informationstag für Jedermann.

Eingeladen sind Menschen mit Diabetes, Angehörige, Familien mit ihren betroffenen Kindern, Risikogruppen und auch all jene, die Fragen zum Thema Diabetes haben. Ärzte, Schwestern, Diabetesberaterinnen und -berater und viele mehr stellen Ihnen an diesem Tag ihre Expertisen zur Verfügung.

Der Besuch des Düsseldorfer Diabetes-Tages ist **ohne Anmeldung** möglich, der **Eintritt ist kostenlos** und der **Zugang ist barrierefrei**.



Düsseldorfer Diabetes-Tag

in der Handwerkskammer Düsseldorf



www.duesseldorfer-diabetestag.de





Bewegungs- und Sportangebote

Bewegungs- und Sportangebote

Nordic Walking

Ort

Verein für Gesundheitssport und Sporttherapie Düsseldorf-Ratingen e.V.
Amalienstraße 6
40472 Düsseldorf

Kontakt

VGS Düsseldorf-Ratingen e.V.
Tel.: 0211 / 22 07 77 7
E-Mail: mail@vgs-d.de
www.vgs-d.de

Sprachen

Deutsch

Diabetes-Sportgruppe-Rehabilitation

Ort

Maria-Montessori-Gesamtschule
Weißenberger Weg 8-12
40667 Meerbusch-Büderich

Kontakt

TuRa Büderich 09/15 e.V.
Tel.: 02132 / 96 01 17
E-Mail: info@tura-buederich.de
www.tura-buederich.de

Sprachen

Deutsch

Diabetessport

Ort

Forstenberghalle
Wittenberger Straße 21
40668 Meerbusch

Kontakt

TSV Meerbusch e.V.
Tel.: 02150 / 71 08
E-Mail: gs@tsv-meerbusch.de
www.tsv-meerbusch.de

Sprachen

Deutsch

Diabetessport

Ort

Turnhalle der Realschule
Görresstraße 6
40670 Meerbusch

Kontakt

Osterather Turnverein 1893 e.V.
Tel.: 02159 / 69 66 79
E-Mail: buero@otv1893.de
www.otv1893.de

Sprachen

Deutsch

Diabetessport

Ort

TSV Sport & Gesundheitszentrum
Sedentaler Straße 107 a
40699 Erkrath

Kontakt

TSV Hochdahl 64 e.V.
Tel.: 02104 / 80 99 20
E-Mail: info@tsv-hochdahl.de
www.tsv-hochdahl.de

Sprachen

Deutsch

Sporttherapeutisches Bewegungstraining

Ort

Sportmühle Hilden
Berliner Straße 55
40721 Hilden

Kontakt

Tel.: 02129 / 58 73 4
E-Mail: reha-med-kurse@web.de
www.reha-med-kurse.de

Sprachen

Deutsch

Sport für Diabetiker

Ort

Theodor-Klein-Bezirkssportanlage
Rosellen
Rosellener Schulstraße 11
41470 Neuss-Rosellen

Kontakt

SV 1930 Rosellen e.V.
Tel.: 02137 / 70 99 6
E-Mail: info@sv-rosellen.de
www.sv-rosellen.de

Sprachen

Deutsch

Bewegung und Sport mit Diabetes

Ort

Diabeteszentrum Rheinland Haan
Robert-Koch-Straße 16
42781 Haan

Kontakt

Tel.: 02129 / 92 94 20 91
E-Mail: diabeteszentrum-rheinland-haan@
kplusgruppe.de
www.kplusgruppe.de

Sprachen

Deutsch





Diabetologische Schwerpunktpraxen

Diabetologische Schwerpunktpraxen

Neben individuellen Beratung bieten diabetologische Schwerpunktpraxen auch verschiedene (Gruppen-)Schulungen an. Nachfolgend die diabetes-spezifischen Leistungen:

- individuelle Beratungen
- Gruppenschulungen für Menschen mit Diabetes
 - ohne Insulintherapie
 - mit konventioneller Insulintherapie
 - mit intensivierter Insulintherapie
- Bluthochdruck-Schulungen
- Typ-1-Schulungen
- Neueinstellungen auf Pumpentherapie und Schulungen
- Spezielle Betreuung von Schwangeren mit Typ-1-Diabetes
- Betreuung bei diabetischer Nierenschädigung
- Behandlung von diabetischem Fußsyndrom
- Hypoglykämie-Wahrnehmungstraining
- Betreuung bei Schwangerschaftsdiabetes
- Beratung zu neuen Diabetestechnologien (u.a. Insulinpumpe, CGM/FGM)

Die genauen Angebote erfahren Sie von den jeweiligen Praxisteams.

Die Angaben der in den Praxen gesprochenen Fremdsprachen bedeutet nicht, dass auch alle Leistungen in diesen Sprachen angeboten werden können.

MVZ Davita Rhein-Ruhr

Ort

Bismarckstraße 101
40210 Düsseldorf

Kontakt

Dr. Sebahat Sat / Dr. Barbara Klein /
Prof. Dr. Werner Kleophas
Tel.: 0211 / 16 79 75 6
E-Mail: diabetes.bismarckstrasse@davita-dialyse.de
www.davita.de

Sprachen

Deutsch, Englisch, Französisch, Italienisch,
Portugiesisch, Tamilisch, Türkisch

Besondere Schwerpunkte der Praxis

Nephrologie, Hypertensiologie,
Lipidologie

Diabetes-Schwerpunktpraxis, MedPlus Nordrhein im Ärztehaus Oststraße

Ort

Oststraße 51
40211 Düsseldorf

Kontakt

Dr. Jolanda Schottenfeld-Naor
Tel.: 0211 / 78 17 36 50
E-Mail:
anmeldung-diab@medplus-nordrhein.de
www.medplus-nordrhein.de

Sprachen

Arabisch, Deutsch, Englisch, Französisch,
Hebräisch, Japanisch, Polnisch, Russisch

Besondere Schwerpunkte der Praxis

Insulinpumpentherapie, Diabetes & Herz,
Schwangerschaftsdiabetes, Adipositas,
Ernährungsmedizin, Psychosomatische
Erkrankungen

Gemeinschaftspraxis Schaden

Ort

Schadowstraße 86-88
40212 Düsseldorf

Kontakt

Urs Schaden / Kerstin Schaden / Karen
Eschweiler
Tel.: 0211 / 96 08 25 60
E-Mail: kontakt@praxis-schaden.de
www.praxis-schaden.de

Sprachen

Deutsch, Englisch, Französisch

Besondere Schwerpunkte der Praxis

Schulungszentrum, Pumpenambulanz,
CGM/FGM-Ambulanz, Fußambulanz,
Schwangerschaftsdiabetes, Ernährungs-
medizin, Psychotherapie

Praxis Dr. med. Dipl. oec. troph

Tony Tanudjaja

Ort

Grafenberger Allee 409
40235 Düsseldorf

Kontakt

Dr. Dipl. oec. troph Tony Tanudjaja
Tel.: 0211 / 66 15 31
E-Mail: ttanudjaja@gmx.de

Sprachen

Deutsch, Englisch, Indonesisch /
Malaiisch

Besondere Schwerpunkte der Praxis

DDG-zertifizierte Diabetes-Fußambulanz,
Ernährungsmedizin

Diabetologische Schwerpunktpraxis &

Fußambulanz - Dres. med. O. Schröder/

S. Wulff

Ort

Gladbacher Straße 26
40219 Düsseldorf

Kontakt

Dr. Oliver Schröder / Dr. Sebastian Wulff /
Dr. Andreas Richter / Hendrik Siebecke
Tel.: 0211 / 91 71 28 4
E-Mail: info@martinus-duesseldorf.de

Sprachen

Deutsch, Englisch, Französisch, Farsi
Italienisch, Portugiesisch, Spanisch

Diabetes-Zentrum Düsseldorf

Ort

Provinzialplatz 2
40591 Düsseldorf

Kontakt

Dr. Christoph von Boxberg /
Dr. Martina Pothe-Sarabhai /
Priv. Doz. Dr. Renate Kimmerle
Tel.: 0211 / 15 96 62 9
www.diabeteszentrumduesseldorf.de

Sprachen

Deutsch, Englisch, Französisch,
Polnisch, Türkisch

Besondere Schwerpunkte der Praxis

Endokrinologie, Diabetes-Fußambulanz

Diabetologische Schwerpunktpraxen

Gemeinschaftspraxis Dr. Schmitt / Oliver Nick

Ort

Mittelstraße 2
40721 Hilden

Kontakt

Dr. Klaus Schmitt / Dr. Oliver Nick
Tel.: 021 03 / 24 04 44
www.arztpraxis-hilden.de

Sprachen

Deutsch, Englisch, Französisch,
Polnisch, Russisch, Spanisch

Diabetes Schwerpunktpraxis Mettmann

Ort

Gartenstraße 4-8
40822 Mettmann

Kontakt

Dr. Hannelore Klimke
Tel.: 02104 / 97 99 64 1
E-Mail: info@diabetes-mettmann.de
www.dialyse-mettmann.de

Sprachen

Deutsch, Englisch, Russisch

Besondere Schwerpunkte der Praxis

Behandlung und Schulungen Typ-1,
Typ-2-Diabetes, Diagnose & Therapie
Gestationsdiabetes, Insulin Pumpentherapie,
diabetische Fußambulanz

Internistischen Gemeinschaftspraxis Ratingen Zentrum

Ort

Werdener Straße 13-15
40878 Ratingen

Kontakt

Dr. Martin Stetzkowski
Tel.: 02102 / 25 05 5
E-Mail:
info@gemeinschaftspraxis-ratingen.de
www.gemeinschaftspraxis-ratingen.de

Sprachen

Deutsch, Englisch, Französisch

Besondere Schwerpunkte der Praxis

Fußambulanz, Schwangerschaftsdiabetes,
Rauchentwöhnung

Diabeteszentrum Neuss

Ort

Am Hasenberg 44
41462 Neuss

Kontakt

Dr. Betzholz / Dr. Holtappels /
Dr. Lansen / Dr. Pflingsten
Tel.: 02131 / 66 59 12 50
E-Mail: info@diabeteszentrum-neuss.de
www.diabeteszentrum-neuss.de

Sprachen

Deutsch, Englisch, Französisch

Besondere Schwerpunkte der Praxis

Zert. Diabeteszentrum Diabetologikum
DDG mit diabetesspezifischem Qualitätsmanagement, Ambulante Behandlungseinrichtung für Patienten mit Typ 1- und Typ 2-Diabetes, Fußbehandlungseinrichtung DDG (Ambulant)

DaVita Dormagen

Ort

Elsa-Brandström-Straße 17
41540 Dormagen-Hackenbroich

Kontakt

Dr. Ludwig Merker / Dr. Thomas Morosan
Tel.: 0213 / 35 30 83 0
E-Mail:
ambulanz.dormagen@davita-dialyse.de
www.davita.de

Sprachen

Deutsch, Englisch, Türkisch

Diabetologische Schwerpunktpraxis & Fußambulanz - Dres. med. O. Schröer / S. Wulff

Ort

Kaiserstraße 166
42477 Radevormwald

Kontakt

Dr. Oliver Schröer / Dr. Sebastian Wulff
Tel.: 0211 / 91 71 28 4

Sprachen

Deutsch

Diabetologikum Duisburg

Ort

Ruhrorter Straße 195
47119 Duisburg

Kontakt

Dr. Hansjörg Mühlen
Tel.: 0203 / 57 07 76 0
E-Mail: diabetologie@ruhrpraxen.de
www.diabetesinfo-du.de

Sprachen

Deutsch, Englisch, Türkisch

Besondere Schwerpunkte der Praxis

Workshops & Diabeteskurse, CGM/FGM,
Psychotherapie, Rauchentwöhnung

Gemeinschaftspraxis für Diabetologie, Innere Medizin und Allgemeinmedizin

Ort

Kalkstraße 117
51377 Leverkusen

Kontakt

Dr. Matthias Kaltheuner
Tel.: 0214 / 35 76 53 33
www.diabetes-leverkusen.de

Sprachen

Deutsch, Englisch, Französisch

Besondere Schwerpunkte der Praxis

Diabetes-Schulung, Diabetikerversorgung,
Fußambulanz, Insulinpumpen, Nordic
Walking





Ernährungsberatung

Ernährungsberatung

Ernährungsberatung Dagmar Röntgen

Ort

Hammer Dorfstraße 79
40221 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 91 79 64 6
E-Mail: dagmar_roentgen@t-online.de

Sprachen

Deutsch

Praxis für Ernährung, Beratung & Therapie

Ort

Suitbertusstraße 53
40223 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 13 95 85 68
E-Mail: info@ernaehrung-schmidt.de

Sprachen

Deutsch, Englisch

nls Ernährungsinstitut

Ort

Lindemannstraße 64
40237 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 13 95 75 47
E-Mail: info@nls-ernaehrungsinstitut.de
www.nls-ernaehrungsinstitut.de

Sprachen

Deutsch

Praxis iss gut

Ort

Herder Straße 59
40237 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 31 19 93 9
E-Mail: info@issgut.de
www.issgut.de

Sprachen

Deutsch

**Verein für Gesundheitssport und
Sporttherapie Düsseldorf-Ratingen e.V.**

Ort

Amalienstraße 6
40472 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 87 91 33 93 3
E-Mail: mail@vgs-d.de
www.vgs-d.de

Sprachen

Deutsch

**Düsseldorfer Praxis für
Ernährungsberatung /-therapie**

Ort

Hansaallee 366
40547 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 93 46 02 2
E-Mail: www.ernaehrungspraxis.com

Sprachen

Deutsch, Englisch, Portugiesisch

**Telemedizinisches Coaching-
Programm für Menschen mit Diabetes**

Ort

Deutsches Institut für Telemedizin
und Gesundheitsförderung (DITG)
Kölner Landstraße 11
40591 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 90 98 17 0
E-Mail: info@ditg.de
www.ditg.de

Sprachen

Deutsch

**Ernährungsberatung &
Ernährungstherapie**

Ort

An der Wilkesfurth 7
40599 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 70 06 03 3
E-Mail: info@ernaehrung-wagner.de
www.ernaehrung-wagner.de

Sprachen

Deutsch

Ernährungsberatung

Ernährungsberatung Apotheke Kempken

Ort

Altenbrückstraße 17
40599 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 74 40 04
E-Mail: post@apotheke-kempken.de
www.apotheke-kempken.de

Sprachen

Deutsch

Ernährungsberatung Apotheke Kempken am Denkmal

Ort

Hasselsstraße 64
40599 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 74 24 63
E-Mail:
post@apotheke-kempken-am-denkmal.de
www.apotheke-kempken.de

Sprachen

Deutsch

Praxis für Ernährungsberatung und -therapie Ayse Özgenel

Ort

Further Straße 87
40599 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 42 34 43 1
E-Mail:
info@ernaehrungspraxis-oezgenel.de

Sprachen

Deutsch, Englisch, Türkisch

Praxis für Ernährungstherapie und -beratung

Ort

Wahnenmühle 20
40699 Erkrath

Kontakt

Tel.: 02104 / 35 53 2

Sprachen

Deutsch

Foodcoach 90

Ort

Düsseldorfer Straße 206
40721 Hilden

Kontakt

Tel.: 0163 / 75 74 95 6
E-Mail: foodcoach90@gmail.com
www.foodcoach90.de

Sprachen

Deutsch

Ernährungsberatung der Marien Apotheke

Ort

Marien-Apotheke am Etienne
Am Hasenberg 44
41462 Neuss

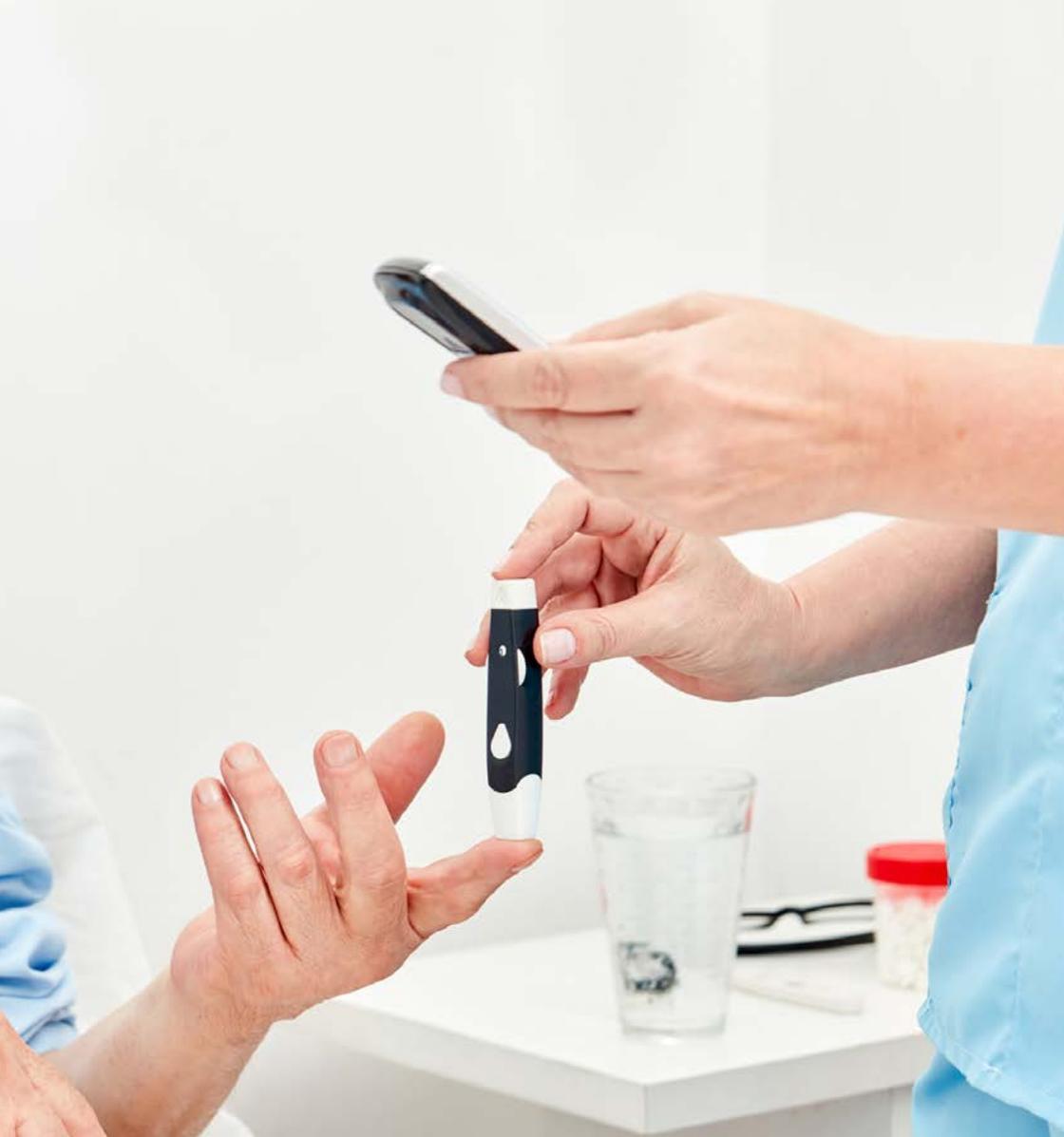
Kontakt

Tel.: 02131 / 40 33 94 7
E-Mail: ernaehrung@apondium.de
www.apondium.de

Sprachen

Deutsch





Kliniken mit Diabetes-Spezialisierung

Kliniken mit Diabetes-Spezialisierung

Klinik für Allgemeine Pädiatrie, Neonatologie und Kinderkardiologie

Ort

Universitätsklinikum Düsseldorf -
Kinderklinik, Schlossmannhaus
Moorenstraße 5
40225 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 81 17 70 2
E-Mail:
diabetesberatung@med.uni-duesseldorf.de
www.uniklinik-duesseldorf.de

Sprachen

Deutsch, Englisch

Besondere Schwerpunkte der Klinik

Zertif. Diabeteszentrum DDG, Sozial-
pädiatrisches Zentrum, Stoffwechsel,
Endokrinologie, Gastroenterologie

St. Martinus-Krankenhaus - Klinik für Innere Medizin und Diabetologie

Ort

Gladbacher Straße 26
40219 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 91 71 28 7
E-Mail: c.storms@martinus-duesseldorf.de
www.martinus-duesseldorf.de

Sprachen

Deutsch

Besondere Schwerpunkte der Klinik

Zert. Diabeteszentrum mit Fußbehand-
lungseinrichtung (DDG), Diabetesein-
stellung, Schulungen, Abklärung Folge-
erkrankungen

Klinik für Endokrinologie und Diabetologie

Ort

Universitätsklinikum Düsseldorf
Moorenstraße 5
40225 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 33 82 0
www.uniklinik-duesseldorf.de

Sprachen

Deutsch, Englisch, Französisch

Besondere Schwerpunkte der Klinik

Zert. Diabeteszentrum DDG, Diabetes-
ambulanz, Insulinpumpen-Ambulanz,
Neuropathie-Sprechstunde, Komplika-
tionssprechstunde, Diabetologische Fuß-
ambulanz, Fettstoffwechselambulanz,
Endokrinologische Ambulanz

St. Josef-Krankenhaus Haan - Diabeteszentrum Rheinland-Haan

Ort

Robert-Koch-Straße 16
42781 Haan

Kontakt

Tel.: 02129 / 92 94 28 00
E-Mail: diabeteszentrum-rheinland-haan@
kplusgruppe.de
www.kplusgruppe.de

Sprachen

Deutsch

Besondere Schwerpunkte der Klinik

Diabetes-Fußambulanz, Insulinpumpen-
ambulanz, Typ-2-Diabetes-Ambulanz,
Schwangerschafts-Diabetes-Ambulanz







Klinische Studienzentren

Klinische Studienzentren

Studienzentrum am Deutschen Diabetes-Zentrum (DDZ)

Ort

Deutsches Diabetes-Zentrum (DDZ)
Auf'm Hennekamp 65
40225 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 33 82 20 9
E-Mail: studienzentrum@ddz.de
www.ddz.de

Sprachen

Deutsch

Profil Institut für Stoffwechselforschung GmbH

Ort

Hellersbergstraße 9
41460 Neuss

Kontakt

Tel.: 02131 / 40 18 18 0
E-Mail: info@profil.de
www.profil.de

Sprachen

Deutsch







Orthopädie-Schuhtechnik

Orthopädie-Schuhtechnik

Orthopädie Schuhtechnik Aulenkamp

Ort

Worringer Platz 16
40210 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 35 61 15
E-Mail: info@aulenkamp.net
www.aulenkamp.net

Sprachen

Deutsch

amedius Düsseldorf

Ort

Alt-Pempelfort 6
40211 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 36 77 83 83
E-Mail: info@amedius.de
www.amedius.de

Sprachen

Deutsch

Cordewener Orthopädie

Ort

Berliner Allee 2
40212 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 32 28 67
E-Mail: info@cordewener-ortho.de
www.cordewener-ortho.de

Sprachen

Deutsch

Sanitätshaus Binn - Filiale Carlstadt

Ort

Poststraße 12
40213 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0800 / 91 31 08 01
E-Mail: kontakte@sh-binn.de
www.sh-binn.de

Sprachen

Deutsch

Sanitätshaus Brockers
Filiale Friedrichstadt

Ort

Adersstraße 4
40215 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 15 96 91 08
E-Mail: info@ihre-bandage.de
www.ihre-bandage.de

Sprachen

Deutsch

Sportorthopädie Walter Kühl

Ort

Corneliusstraße 84
40215 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 37 12 61
E-Mail: mail@kuehlddf.de

Sprachen

Deutsch

Gesundheitszentrum medwerk
Filiale Düsseldorf

Ort

Elisabethstraße 39-41
40217 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 17 12 95 65
E-Mail: info@med-werk.de
www.med-werk.de

Sprachen

Deutsch

Orthopädie-Schuhtechnik
Schönwälder

Ort

Friedrichstraße 128
40217 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 33 42 02
E-Mail: info@schoenwaelder-gmbh.de
www.orth-schuhtechnik-schoenwaelder.
webnode.com

Sprachen

Deutsch

Orthopädie-Schuhtechnik

Stiel Orthopädie-Schuhtechnik

Ort

Friedrichstraße 110
40217 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 34 17 82
E-Mail: info@stiel-duesseldorf.de
www.stiel-duesseldorf.de

Sprachen

Deutsch

reha team West GmbH & Co. KG

Filiale Unterbilk

Ort

Elisabethstraße 49
40217 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 93 85 46 4
E-Mail: niederrhein@rtwest.de
www.reha-team-west.de

Sprachen

Deutsch

Koppetsch GmbH

Standort Medical Center Süd

Ort

Aachener Straße 164
40223 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 93 49 49 1
E-Mail: info@koppetsch.de
www.koppetsch.de

Sprachen

Deutsch

Koppetsch GmbH

Standort Werkstatt Uniklinik

Ort

Moorenstraße 5
40225 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 93 49 49 1
E-Mail: info@koppetsch.de
www.koppetsch.de

Sprachen

Deutsch

Sanitätshaus QUARG - Filiale Eller

Ort

Gumbertstraße 93
40229 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 56 66 06 13
E-Mail: buero@quarg.net
www.quarg.net

Sprachen

Deutsch

Orthopädie-Schuhtechnik Schwaiger

Ort

Am Hackenbruch 79
40231 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 21 43 06
E-Mail: info@orthopaedie-schwaiger.de
www.orthopaedie-schwaiger.de

Sprachen

Deutsch

Sanitätshaus Binn - Filiale Flingern

Ort

Birkenstraße 79
40233 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0800 / 91 31 08 0
E-Mail: kontakte@sh-binn.de
www.sh-binn.de

Sprachen

Deutsch

Zeppenfeld Orthopädie Schuhtechnik

Ort

Ackerstraße 197
40233 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 66 45 51
E-Mail:
orthoschuhtechnikgeier@t-online.de
www.orthopaedie-geier.de

Sprachen

Deutsch

Orthopädie-Schuhtechnik

QUARG Manufaktur

Ort

Achenbachstraße 138
40237 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 56 66 06 00
E-Mail: buero@quarg.net
www.quarg.net

Sprachen

Deutsch

Sanitätshaus QUARG

Filiale Düsseldorf

Ort

Rethelstraße 100
40237 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 56 66 06 10
E-Mail: buero@quarg.net
www.quarg.net

Sprachen

Deutsch

reha team West GmbH & Co. KG

Filiale Lohausen

Ort

Niederrheinstraße 179
40474 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 43 61 58 0
E-Mail: niederrhein@rtwest.de
www.reha-team-west.de

Sprachen

Deutsch

Orthopädie-Schuhtechnik-Gier

Ort

Tannenstraße 7
40476 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 45 76 01 0
E-Mail: ortho-schuhtechnik-gier@arcor.de
www.ost-gier.de

Sprachen

Deutsch

Dresjan & Schier Spezial - Schuhhaus

Ort

Jülicher Straße 17
40477 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 48 01 12
E-Mail: dresjan-schier@t-online.de
www.dresjan-schier.de

Sprachen

Deutsch

Orthopädie Pfau

Ort

Blücherstraße 16
40477 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 44 18 34
E-Mail: info@pfau-schuhexperte.de
www.pfau-schuhexperte.de

Sprachen

Deutsch

Sanitätshaus Brockers

Filiale Oberkassel

Ort

Oberkasseler Straße 71
40545 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 56 38 29 26
E-Mail: info@ihre-bandage.de
www.ihre-bandage.de

Sprachen

Deutsch

Sanitätshaus WEST

Filiale Oberkassel

Ort

Oberkasseler Straße 99
40545 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 55 35 01
E-Mail: info@sanitaetshaus.de
www.sanitaetshaus.de

Sprachen

Deutsch

Orthopädie-Schuhtechnik

Sanitätshaus Binn - Filiale Wersten

Ort

Kölner Landstraße 137
40591 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0800 / 91 31 08 05
E-Mail: kontakte@sh-binn.de
www.sh-binn.de

Sprachen

Deutsch

Sanitätshaus WEST - Filiale Benrath

Ort

Börchemstraße 3
40597 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 73 77 75 0
E-Mail: info@sanitaetshaus.de
www.sanitaetshaus.de

Sprachen

Deutsch

reha team West GmbH & Co. KG Filiale Hassels

Ort

In der Steele 25 – 45
40599 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 97 41 30
E-Mail: d@rtwest.de
www.reha-team-west.de

Sprachen

Deutsch

Sanitätshaus QUARG Filiale Gerresheim

Ort

Benderstraße 72
40625 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 56 66 06 28
E-Mail: buero@quarg.net
www.quarg.net

Sprachen

Deutsch

Sanitätshaus VAN THIEL

Ort

Moerser Straße 14
40667 Meerbusch

Kontakt

Tel.: 02132 / 75 55 55
E-Mail: info@sh-vanthiel.de
www.sh-vanthiel.de

Sprachen

Deutsch

Sanitätshaus Brockers Filiale Meerbusch-Büderich

Ort

Düsseldorfer Straße 1
40667 Meerbusch-Büderich

Kontakt

Tel.: 02132 / 68 58 64 5
E-Mail: info@ihre-bandage.de
www.ihre-bandage.de

Sprachen

Deutsch

Sanitätshaus Brockers Filiale Meerbusch-Strümp

Ort

Berta-Benz-Straße 12
40670 Meerbusch-Strümp

Kontakt

Tel.: 02159 / 69 74 92 18
E-Mail: info@ihre-bandage.de
www.ihre-bandage.de

Sprachen

Deutsch

Orthopädieschuhtechnik Büchel

Ort

Neanderstraße 32
40699 Erkrath

Kontakt

Tel.: 0211 / 24 33 78
www.orthopaedieschuhtechnik-buechel.de

Sprachen

Deutsch

Orthopädie-Schuhtechnik

Sanitätshaus Binn - Filiale Erkrath

Ort

Neanderstraße 72
40699 Erkrath

Kontakt

Tel.: 0800 / 91 31 08 00
E-Mail: kontakte@sh-binn.de
www.sh-binn.de

Sprachen

Deutsch

Vital Sanitätshaus - Filiale Erkrath

Ort

Bergstraße 9
40699 Erkrath

Kontakt

Tel.: 02104 / 45 33 5
E-Mail: info@vital-hilden.de
www.vital-hilden.de

Sprachen

Deutsch

Gesundheitszentrum medwerk Filiale Hilden

Ort

Kleinhülsen 44
40721 Hilden

Kontakt

Tel.: 02103 / 29 79 20
E-Mail: info@med-werk.de
www.med-werk.de

Sprachen

Deutsch

Vital Sanitätshaus - Filiale Hilden

Ort

Robert-Gies-Straße 2
40721 Hilden

Kontakt

Tel.: 02103 / 96 31 60
E-Mail: info@vital-hilden.de
www.vital-hilden.de

Sprachen

Deutsch

Mergel & Sohn Meisterbetrieb

Orthopädie Schuhtechnik

Filiale Langenfeld

Ort

Solinger Straße 175-177
40764 Langenfeld

Kontakt

Tel.: 02173 / 20 44 48 4
E-Mail: service@os-ms.de
www.einlagenmanufaktur-mergel.de

Sprachen

Deutsch

Sanitätshaus Binn - Filiale Langenfeld

Ort

Solingerstraße 23-25
40764 Langenfeld

Kontakt

Tel.: 0800 / 91 31 08 02
E-Mail: kontakte@sh-binn.de
www.sh-binn.de

Sprachen

Deutsch

Vital Sanitätshaus - Filiale Langenfeld

Ort

Marktplatz 15
40764 Langenfeld

Kontakt

Tel.: 02173 / 85 48 18
E-Mail: info@vital-hilden.de
www.vital-hilden.de

Sprachen

Deutsch

Sanitätshaus Brockers

Filiale Mettmann

Ort

Gartenstraße 2
40822 Mettmann

Kontakt

Tel.: 02104 / 91 24 92 7
E-Mail: info@ihre-bandage.de
www.ihre-bandage.de

Sprachen

Deutsch

Orthopädie-Schuhtechnik

Sanitätshaus Brockers - Filiale Ratingen

Ort

Mülheimer Straße 37
40878 Ratingen

Kontakt

Tel.: 02102 / 14 57 13 0
E-Mail: info@ihre-bandage.de
www.ihre-bandage.de

Sprachen

Deutsch

Sanitätshaus Höfges & Koch

Ort

Calor-Emag-Straße 5
40878 Ratingen

Kontakt

Tel.: 02102 / 22 14 4
E-Mail: info@ratinger-sanitaetshaus.de
www.ratinger-sanitaetshaus.de

Sprachen

Deutsch

Sanitätshaus QUARG

Filiale Ratingen

Ort

Am Löken 5
40885 Ratingen

Kontakt

Tel.: 02102 / 53 53 17 0
E-Mail: buero@quarg.net
www.quarg.net

Sprachen

Deutsch

Cordewener Orthopädie

Ort

Neustraße 1
41460 Neuss

Kontakt

Tel.: 02131 / 25 83 9
E-Mail: info@cordewener-ortho.de
www.cordewener-ortho.de

Sprachen

Deutsch

Orthopaedie Schwieren

Ort

Kapitelstraße 25
41460 Neuss

Kontakt

Tel.: 02131 / 27 44 90
E-Mail: info@orthopaedie-schwieren.de
www.orthopaedie-schwieren.de

Sprachen

Deutsch

Sanitätshaus WEST - Filiale Neuss

Ort

Düsseldorfer Straße 4
41460 Neuss

Kontakt

Tel.: 02131 / 12 88 33
E-Mail: info@sanitaetshaus.de
www.sanitaetshaus.de

Sprachen

Deutsch

Sanitätshaus Brockers - Filiale Neuss

Ort

Preussenstraße 84
41464 Neuss

Kontakt

Tel.: 02131 / 66 20 07 4
E-Mail: info@ihre-bandage.de
www.ihre-bandage.de

Sprachen

Deutsch

Rhefus Gesunde Schuhe

Ort

Nettergasse 5a
41539 Dormagen

Kontakt

Tel.: 02133 / 42 26 2
E-Mail: buero@diabetes-orthopaedie.de
www.rhefus.gesunde-schuhe.com

Sprachen

Deutsch





Podologische Praxen

Podologische Praxen

Fachpraxis für Podologie Ziebertz-Kracke

Ort

Kölner Straße 16
40211 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 16 63 84 2
E-Mail: podos-team@arcor.de

Sprachen

Deutsch

Praxis für medizinische Fußpflege

Ort

Oststraße 38
40211 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 46 87 81 49
E-Mail: info@podologe-duesseldorf.de
www.podologe-duesseldorf.de

Sprachen

Deutsch

Praxis für Podologie / medizinische Fußpflege

Ort

Kölner Straße 41 c
40211 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 38 83 88 99
E-Mail: podologie-anbuhl@t-online.de
www.podologie-duesseldorf-pro.de

Sprachen

Deutsch

Podologische Praxis

Ort

Carlsplatz 24
40213 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 59 82 99 85
www.podopraxissittek.de

Sprachen

Deutsch

Podologie Zentrum Düsseldorf

Ort

Luisenstraße 86
40215 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 54 26 97 51
E-Mail: info@podologie-elhami.de
www.podologie-elhami.de

Sprachen

Deutsch

Podologische Praxis

Ort

Adersstraße 44
40215 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 17 95 22 0
E-Mail: info@podologie-scheffler.de
www.podologie-scheffler.de

Sprachen

Deutsch

Medus Centrum für Therapie

Ort

Reichsstraße 59
40217 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 99 43 32 82
E-Mail: info@medus-duesseldorf.de
www.medus-duesseldorf.de

Sprachen

Deutsch

Podologische Fachpraxis

Ort

Humboldtstraße 21
40237 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 63 95 86 60
E-Mail: gerling@pododerfuss.de
www.pododerfuss.de

Sprachen

Deutsch

Podologische Praxen

P2 Zentrum für Physiotherapie und Podologie

Ort

Unterrather Straße 180
40468 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 42 88 81
E-Mail: info@podologieduesseldorf.de
www.podologieduesseldorf.de

Sprachen

Deutsch

Praxis für Podologie Fuss-Glück

Ort

Roßstraße 8
40476 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 56 69 54 95
E-Mail: kontakt@fuss-glueck.de
www.fuss-glueck.de

Sprachen

Deutsch

Fachinstitut für Epilation / Ganzheitskosmetik Braude

Ort

Kaiserstraße 23
40479 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 49 84 15 8
E-Mail: post@kosmetik-braude.de
www.kosmetik-braude.de

Sprachen

Deutsch

Praxis für Podologie

Ort

Derendorfer Straße 7
40479 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 51 42 34 73
E-Mail: info@podologie-kolchynska.de
www.podologie-kolchynska.de

Sprachen

Deutsch, Polnisch

**Praxis für Podologie und
medizinische Fußpflege**

Ort

Kapellstraße 24
40479 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 16 45 30 8
E-Mail: info@podologie-vonwulffen.de
www.podologie-vonwulffen.de

Sprachen

Deutsch

**Podologische Praxis
Nicole Schmitz GbR**

Ort

Schiesstraße 54
40549 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 53 81 58 00
E-Mail: info@podologie-in-duesseldorf.de
www.podologie-in-duesseldorf.de

Sprachen

Deutsch

Podologische Praxis

Ort

Werstener Feld 72
40591 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 99 61 30 00
E-Mail: info@podologie-claudia-esser.de
www.podologie-claudia-esser.de

Sprachen

Deutsch

Podologie Praxis

Ort

Urdenbacher Dorfstraße 14
40593 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 70 21 51 4
E-Mail: podologie-barkoczi@t-online.de
www.podologie-duesseldorf.de

Sprachen

Deutsch

Podologische Praxen

Schulmeister Podologie Düsseldorf

Ort

Benderstraße 36
40625 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 29 69 42
E-Mail:
duesseldorf@schulmeister-podologie.eu
www.schulmeister-podologie.eu

Sprachen

Deutsch

Podologie Praxis Rosch

Ort

Ingerweg 2a
40670 Meerbusch

Kontakt

Tel.: 02159 / 92 82 54
E-Mail: info@podologie-rosch.de
www.podologie-rosch.de

Sprachen

Deutsch

Orthopädieschuhtechnik Büchel - Praxis für Podologie und Medizinische Fußpflege

Ort

Neanderstraße 32
40699 Erkrath

Kontakt

Tel.: 0211 / 24 33 78
www.orthopaedieschuhtechnik-buechel.de

Sprachen

Deutsch

Podologie Khatuna Steiner

Ort

Bismarckstraße 20
40822 Mettmann

Kontakt

Tel.: 02104 / 30 11 41 9

Sprachen

Deutsch

Podologische Praxis Peters

Ort

Nordstraße 20
40822 Mettmann

Kontakt

Tel.: 02104 / 24 39 1
E-Mail: fusspflege-peters@t-online.de

Sprachen

Deutsch

Praxis für Podologie

Ort

Talstraße 4
40822 Mettmann

Kontakt

Tel.: 02104 / 94 87 54
E-Mail: praxis@fuss-gomille.de
www.fuss-gomille.de

Sprachen

Deutsch

Podologie „wie auf Wolken“

Ort

Bahnstraße 25
40878 Ratingen

Kontakt

Tel.: 02102 / 73 24 77 7
E-Mail: praxis@podologie-vonitter.de
www.podologie-vonitter.de

Sprachen

Deutsch

Schulmeister Podologie Ratingen

Ort

Bechernerstraße 19
40878 Ratingen

Kontakt

Tel.: 02102 / 92 92 64 6
E-Mail:
ratingen@schulmeister-podologie.eu
www.schulmeister-podologie.eu

Sprachen

Deutsch

Podologische Praxen

Podologie Praxis Schwieren

Ort

Kapitelstraße 25
41460 Neuss

Kontakt

Tel.: 02131 / 51 21 72 5
E-Mail:
e.schwieren@orthopaedie-schwieren.de
www.orthopaedie-schwieren.de

Sprachen

Deutsch

Podologin Sandra Fergas

Ort

Büttger Straße 61
41460 Neuss

Kontakt

Tel.: 02131 / 71 96 31 8

Sprachen

Deutsch

Podologe Markus Strauch

Ort

Gladbacher Straße 128
41462 Neuss

Kontakt

Tel.: 02131 / 15 19 30 6

Sprachen

Deutsch

Praxis für Podologie und med. Fußpflege

Ort

Fichtestraße 21
41464 Neuss

Kontakt

Tel.: 02131 / 66 21 82 2
E-Mail: info@podologieneuss.de
www.podologieneuss.de

Sprachen

Deutsch

Podologin Ludwiga Burchard

Ort

Feuerbachweg 11
41469 Neuss

Kontakt

Tel.: 02137 / 99 76 12 3

E-Mail: podologie-burchard@web.de

Sprachen

Deutsch





Psychotherapie

Psychotherapie

Psychodiabetologie

Ort

Internistische und Diabetes-Schwerpunktpraxis im Ärztehaus Oststraße
Oststraße 51
40211 Düsseldorf

Kontakt

Friederike Brans
Tel.: 0211 / 78 17 36 50
E-Mail:
anmeldung-diab@medplus-nordrhein.de
www.medplus-nordrhein.de

Sprachen

Deutsch

Praxis für Psychotherapie

Ort

Erasmusstraße 15
40223 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 46 86 71 32
E-Mail: info-praxis-becher@gmx.de
www.praxis-becher.de

Sprachen

Deutsch, Englisch

Praxis für Psychotherapie

Ort

An der Thomaskirche 17
40470 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 64 95 02 2
E-Mail: sylviaschreiber-ft@web.de
www.sylviaschreiber-ft.de

Sprachen

Deutsch

Psychotherapeutische Praxis

Ort

Benrodestraße 9
40597 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 17 09 64 70
E-Mail:
praxismichaelhoshino@googlemail.com
www.psychotherapie-michael-hoshino.de

Sprachen

Deutsch, Englisch, Französisch,
Japanisch

**Psychosomatische Medizin und
Psychotherapie**

Ort

LVR-Klinikum Düsseldorf
Bergische Landstraße 2
40629 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 92 24 71 0
E-Mail:
zentraufnahme-duesseldorf@lvr.de
www.klinikum-duesseldorf.lvr.de

Sprachen

Deutsch

Psychotherapie

Ort

Klinik Via Mentis
Rennbahnstraße 2
40629 Düsseldorf

Kontakt

Dr. Walter Schurig / Dr. Udo Simson
Tel.: 0211 / 54 25 59 0
E-Mail: info@via-mentis.de
www.via-mentis.de

Sprachen

Deutsch

**Psychosomatische Medizin und
Psychotherapie**

Ort

LVR-Klinik Viersen
Johannisstraße 70
41749 Viersen-Süchteln

Kontakt

Dr. Ljiljana Joksimovic
Tel.: 02162 / 96 49 22
E-Mail: Ljiljana.Joksimovic@lvr.de
www.klinik-viersen.lvr.de

Sprachen

Deutsch

Psychotherapie

Ort

Elisabeth-Krankenhaus Essen -
Institut für Psychosoziale Medizin
Klara-Kopp-Weg 1
45138 Essen

Kontakt

Dr. Rainer Paust
Tel.: 0201 / 89 74 59 4
E-Mail: r.paust@contilia.de
www.contilia.de

Sprachen

Deutsch





Selbsthilfegruppen Diabetes & Adipositas

Selbsthilfegruppen Diabetes & Adipositas

SHG Typ-1-Diabetes

Ort

Gemeinschaftspraxis Schaden
Schadowstraße 86-88
40212 Düsseldorf

Kontakt

Katinka Driesen
Tel.: 0177 / 54 47 92 0
E-Mail: nrw@ddh-m.de
nrw.menschen-mit-diabetes.de

Sprachen

Deutsch

SHG Diabetes am Deutschen Diabetes-Zentrum

Ort

Deutsches Diabetes-Zentrum (DDZ)
Auf'm Hennekamp 65
40225 Düsseldorf

Kontakt

Evelyn Bruns
Tel.: 0179 / 47 16 53 9 (nach 18 uhr)
E-Mail: shg-diabetes-duesseldorf@web.de
www.ddz.de

Sprachen

Deutsch

Selbsthilfe-Service-Büro Düsseldorf

Ort

Selbsthilfe-Service-Büro im
Gesundheitsamt Düsseldorf
Kölner Straße 180
40227 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 89 92 24 4
E-Mail:
selbsthilfeservicebuero@duesseldorf.de
www.duesseldorf.de

Sprachen

Deutsch

Kids & Sticks (SHG Typ-1-Diabetes)

Ort

Kinderspielhaus Düsseldorf
Dorotheenstraße 39
40235 Düsseldorf

Kontakt

Karin Hartmann
Tel.: 02173 / 96 37 95
E-Mail: kidsundsticks@gmx.de

Sprachen

Deutsch

SHG Diabetes Hilden

Ort

Bürgerhaus Hilden
Mittelstraße 40
40721 Hilden

Kontakt

Herr Nagel, Frau Funke
Tel.: 02103 / 42 77 3, 02103 / 87 57 6
E-Mail: nrw@ddh-m.de
nrw.menschen-mit-diabetes.de

Sprachen

Deutsch

SHG Diabetes Langenfeld

Ort

Rathaus Langenfeld
Konrad-Adenauer-Platz 1
40764 Langenfeld

Kontakt

Joachim Häcker
Tel.: 02173 / 74 76 9
E-Mail: joachimhaecker@aol.com
nrw.menschen-mit-diabetes.de

Sprachen

Deutsch

SHG Diabetes Monheim am Rhein

Ort

Johann-Wilhelm-Grevel-Haus der
evangelischen Kirchengemeinde
Falkenstraße 2
40789 Monheim am Rhein

Kontakt

Evelyn Immig / Peter Kanzok
Tel.: 02173 / 96 03 83, 02173 / 30 68 6
E-Mail: evelyn.immig@gmx.de
nrw.menschen-mit-diabetes.de

Sprachen

Deutsch

SHG Diabetes Mettmann

Ort

Senioren Residenz „Carpe Diem“
Seibelstraße 3
40822 Mettmann

Kontakt

Gisela Laab
Tel.: 02104 / 21 16 82 2
E-Mail: gg-laab@web.de
nrw.menschen-mit-diabetes.de

Sprachen

Deutsch

Selbsthilfegruppen Diabetes & Adipositas

SHG Diabetes Ratingen

Ort

Ärztehaus Ratingen
Mülheimer Straße 37
40878 Ratingen

Kontakt

Ingeborg Krause
Tel.: 02102 / 83 75 6
E-Mail: nrw@ddh-m.de
nrw.menschen-mit-diabetes.de

Sprachen

Deutsch

Selbsthilfe-Büro Neuss

Ort

Selbsthilfe-Büro Neuss
Meererhof 19
41460 Neuss

Kontakt

Andreas Schnier
Tel.: 02131 / 27 09 8
E-Mail: selbsthilfe-neuss@paritaet-nrw.org
neuss.paritaet-nrw.org

Sprachen

Deutsch

Selbsthilfe-Büro Dormagen

Ort

Selbsthilfe-Büro Dormagen
Knechtstedenerstraße 42
41540 Dormagen

Kontakt

Renate Gähl
Tel.: 02133 / 26 82 42
E-Mail: renate.gaehl@rhein-kreis-neuss.de
www.rhein-kreis-neuss.de

Sprachen

Deutsch

SHG Diabetes Dormagen

Ort

Caritas-Mehrgenerationenhaus
Unter den Hecken 44
41542 Dormagen

Kontakt

Monika Demming-Pälmer
Tel.: 02133 / 90 57 0
E-Mail: nrw@ddh-m.de
nrw.menschen-mit-diabetes.de

Sprachen

Deutsch

Adipositas SHG im St. Martinus

Ort

St.-Martinus-Krankenhaus
Gladbacher Straße 26
40219 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 91 71 41 7
E-Mail:
adipositas@martinus-duesseldorf.de
www.martinus-duesseldorf.de

Sprachen

Deutsch

Adipositas SHG Schön Klinik

Ort

SCHÖN-Klinik Düsseldorf
Am Heerdt Krankenhaus 2
40549 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 56 72 30 1
E-Mail: shg-heerdt@web.de
www.schoen-klinik.de

Sprachen

Deutsch

Adipositas SHG Düsseldorf-Benrath

Ort

Sana-Klinikum Düsseldorf-Benrath
Urdenbacher Alle 83
40593 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 69 54 16 46
E-Mail: shgduesseldorf@vodafone.de
www.sana-adipositas-nrw.de

Sprachen

Deutsch

Adipositas SHG Dormagen

Ort

Kreiskrankenhaus
Dormagen-Hackenbroich
Doktor-Geldmacher-Straße 20
41540 Dormagen

Kontakt

Christel Scharfenort
Tel.: 0178 / 47 46 58 0, 02174 / 70 19 33 8
E-Mail: c.scharfenort@lotsen-nrw.de
www.selbsthilfegruppe-adipositas.de

Sprachen

Deutsch





**Spezielle Angebote für
Kinder und Jugendliche**

Spezielle Angebote für Kinder und Jugendliche

Klinik für Allgemeine Pädiatrie, Neonatologie und Kinderkardiologie

Ort

Universitätsklinikum Düsseldorf
Moorenstraße 5
40225 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 81 17 70 2
E-Mail:
diabetesberatung@med.uni-duesseldorf.de
www.uniklinik-duesseldorf.de

Sprachen

Deutsch, Englisch

Kinderendokrinologie Düsseldorf

Ort

Düsseldorfer Straße 8
40545 Düsseldorf

Kontakt

Tel.: 0211 / 52 92 83 0
E-Mail: praxis@kinderaerzte-im-netz.de
www.kinderaerzte-im-netz.de

Sprachen

Deutsch

Klinik für Kinder und Jugendliche

Ort

Lukaskrankenhaus Neuss
Preußenstraße 84
41464 Neuss

Kontakt

Tel.: 02131 / 88 83 50 1
E-Mail: information@rheinlandklinikum.de
www.lukasneuss.de

Sprachen

Deutsch

Kinder- und Jugendschulung „Selbständig leben mit Diabetes mellitus“

Ort

Diabeteszentrum Rheinland Haan
Robert-Koch-Straße 16
42781 Haan

Kontakt

Tel.: 02129 / 92 94 28 98
E-Mail: diabeteszentrum-rheinland-haan@
kplusgruppe.de
www.kplusgruppe.de

Sprachen

Deutsch

DIA Jugend - Diabetes Kinder- und Jugendtreff Duisburg

Kontakt

Thomas Damaschke
Tel.: 0203 / 73 88 54 21, 0151 / 17 06 19 97
E-Mail: thomas.damaschke@ddh-m.de
www.diajugend.de

Zielgruppe

Kinder und Jugendliche mit Diabetes im Alter von 11 - 16 Jahren

Sprachen

Deutsch

Diabetes-Kids Ahoi

Kontakt

Familie Bertsch
Tel.: 06103 / 37 15 44 (abends ab 20:00 Uhr oder am Wochenende)
E-Mail: webmaster@diabetes-kids.de
www.diabetes-kids.de

Zielgruppe

Kinder und Jugendliche mit Diabetes im Alter von 10 – 16 Jahren (mit je einem Elternteil)

Sprachen

Deutsch

Diabetes-Riding-Camp

Kontakt

Karl Florian Schettler
Tel.: 0871 / 85 20
E-Mail: info@diabetesridingcamp.de
www.diabetesridingcamp.de

Zielgruppe

Kinder und Jugendliche mit Typ-1-Diabetes im Alter von 12 – 16 Jahren

Sprachen

Deutsch

Erlebniswoche

Kontakt

Kathrin Bahr
Tel.: 030 / 20 16 77 37
E-Mail: kathrin.bahr@ddh-m.de
www.menschen-mit-diabetes.de

Zielgruppe

Kinder und Jugendliche mit Typ-1-Diabetes im Alter von 7 – 12 Jahren

Sprachen

Deutsch

Spezielle Angebote für Kinder und Jugendliche

Teen-Treff

Kontakt

Kathrin Bahr

Tel.: 030 / 20 16 77 37

E-Mail: kathrin.bahr@ddh-m.de

www.menschen-mit-diabetes.de

Zielgruppe

Kinder und Jugendliche mit Typ-1-Diabetes im Alter von 12 – 17 Jahren

Sprachen

Deutsch

Bodensee-Freizeit

Kontakt

Kathrin Bahr

Tel.: 030 / 20 16 77 37

E-Mail: kathrin.bahr@ddh-m.de

www.menschen-mit-diabetes.de

Zielgruppe

Kinder und Jugendliche mit Typ-1-Diabetes im Alter von 9 – 13 Jahren

Sprachen

Deutsch

CampD

Kontakt

Christina Maruhn / Dr. Birgit Lüthgens

Tel.: 06131 / 90 31 39 1

E-Mail: campd@novonordisk.com

www.campd.info

Zielgruppe

Jugendliche und junge Erwachsene mit Typ-1-Diabetes im Alter von 16 – 25 Jahren

Sprachen

Deutsch

Sommercamps für Kinder mit Diabetes

Kontakt

Dr. med. Andrea Günther-Scholz /
Sandra Reimers

E-Mail: camps@fmdsh.de

www.mobile-diabetesschulung.de

Zielgruppe

Kinder und Jugendliche mit Typ-1-Diabetes im Alter von 9 – 12 Jahren

Sprachen

Deutsch

Diabetes Kompetenz-Freizeit

Kontakt

Gudrun John
Tel.: 02388 / 30 72 57 , 0175 / 55 11 58 8
E-Mail: chronisch_krank@t-online.de
www.diabetes-power-kids-kur.de

Zielgruppe

Kinder und Jugendliche mit Typ-1-Diabetes im Alter von 2 – 14 Jahren (mit je einem Erziehungsberechtigten und/oder den Geschwistern)

Sprachen

Deutsch

KiDs-Kurs

Kontakt

Dr. med. Karsten Milek
Tel.: 034441 / 99 02 99
E-Mail: praxis.dr.milek@snafu.de
www.kidskurs.blogspot.com

Zielgruppe

Kinder und Jugendliche mit Typ-1-Diabetes im Alter von 6 – 16 Jahren

Sprachen

Deutsch

2-wöchiges Diabetes-Schulungscamps

Kontakt

CJD Berchtesgaden - Diabeteszentrum
Tel.: 08652 / 60 00 14 1
E-Mail: jugendakademie@cjd.de
www.cjd-berchtesgaden.de

Zielgruppe

Kinder und Jugendliche

Sprachen

Deutsch

„Diabetes – im Mittelpunkt und doch am Rande“

Kontakt

Birgit Hansel
Tel.: 07771 / 87 66 88
E-Mail: kontakt@birgit-hansel.com
www.diabetes-bewegung.de

Zielgruppe

Kinder und Jugendliche mit Typ-1-Diabetes im Alter von 9 – 13 Jahren

Sprachen

Deutsch

Spezielle Angebote für Kinder und Jugendliche

Klassenfahrt-Betreuung

Kontakt

Kathrin Bahr
Tel.: 030 / 20 16 77 37
E-Mail: kathrin.bahr@ddh-m.de
www.menschen-mit-diabetes.de

Zielgruppe

Kinder und Jugendliche mit Typ-1-Diabetes im Alter von 4 – 16 Jahren

Sprachen

Deutsch

T1Day Berlin

Kontakt

feen kongress & event GmbH
Tel.: 030 / 55 95 75 30
E-Mail: info@feen.berlin
www.t1day.de

Zielgruppe

Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Typ-1-Diabetes (gerne mit Eltern, Lebensgefährten und Geschwistern)

Sprachen

Deutsch

Diabetes-Kids Skifreizeit

Kontakt

Familie Bertsch
Tel.: 06103 / 37 15 44 (abends ab 20:00 Uhr oder am Wochenende)
E-Mail: webmaster@diabetes-kids.de
www.diabetes-kids.de

Zielgruppe

Kinder und Jugendliche mit Diabetes (gerne mit ihren Eltern und Geschwisterkindern); Junge Erwachsene mit Diabetes ab 18 ohne Eltern (gerne mit Lebensgefährten und/oder Kindern)

Sprachen

Deutsch

Segelcamp am Bodensee für Jugendliche mit Typ-1-Diabetes

Kontakt

DBW Geschäftsstelle
Tel.: 0721 / 68 07 86 40
E-Mail: info@diabetiker-bw.de
www.diabetiker-bw.de

Zielgruppe

Kinder und Jugendliche mit Typ-1-Diabetes im Alter von 13 – 17 Jahren (gerne in Begleitung der Geschwister)

Sprachen

Deutsch

Typ F - Familienwochenende

Kontakt

Diabetiker Niedersachsen e.V.
Tel.: 05337 / 94 88 87 0
E-Mail: kontakt@diabetiker-nds.de
www.diabetiker-nds.de

Zielgruppe

Kinder und Jugendliche mit Diabetes
sowie ihre Eltern

Sprachen

Deutsch

DiabetesCamp Berchtesgaden

Kontakt

Diabetikerbund Bayern
Tel.: 0911 / 22 77 15
E-Mail: info@diabetikerbund-bayern.de
www.diabetikerbund-bayern.de

Zielgruppe

Kinder und Jugendliche mit Typ-1-
Diabetes im Alter von 8 – 17 Jahren

Sprachen

Deutsch

Schulungs- und Ferienfreizeit

Kontakt

Bund diabetischer Kinder und
Jugendlicher e.V. (BdKJ)
Tel.: 0631 / 76 48 8
E-Mail: kontakt@mein-bdkj.de
www.mein-bdkj.de

Zielgruppe

Kinder und Jugendliche mit Typ-1-
Diabetes im Alter von 9 –15 Jahren

Sprachen

Deutsch

Beach winD Trophy

Kontakt

Kathrin Sucker
Tel.: 030 / 20 16 77 45
E-Mail: kathrin.sucker@ddh-m.de
www.menschen-mit-diabetes.de

Zielgruppe

Familien mit einem Kind ab 9 Jahren
(bis 15 Jahre) mit Diabetes Typ 1

Sprachen

Deutsch

Spezielle Angebote für Kinder und Jugendliche

Pfingstcamp im Norden

Kontakt

Kathrin Sucker

Tel.: 030 / 20 16 77 45

E-Mail: kathrin.sucker@ddh-m.de

www.menschen-mit-diabetes.de

Zielgruppe

Kinder und Jugendliche mit Typ-1-Diabetes ab 12 Jahren

Sprachen

Deutsch

Eltern-Kind-Wochenende im Norden

Kontakt

Kathrin Sucker

Tel.: 030 / 20 16 77 45

E-Mail: kathrin.sucker@ddh-m.de

www.menschen-mit-diabetes.de

Zielgruppe

die ganze Familie

Sprachen

Deutsch

DDH-M Jugendwochenende

Kontakt

Juliane Ahlers

Tel.: 030 / 12 08 94 70 9

E-Mail: info@ddh-m.de

www.menschen-mit-diabetes.de

Zielgruppe

Jugendliche und junge Erwachsene mit Diabetes im Alter zwischen 14 und 30 Jahren

Sprachen

Deutsch

Ferienlager

Kontakt

Förderverein für Kinder und Jugendliche mit Diabetes Zuckerstachel e.V.

Tel.: 0351 / 25 93 78 2

E-Mail: torsten.plachta@gmx.de

Zielgruppe

Kinder und Jugendliche

Sprachen

Deutsch

Diabetes-Kids Edersee Treffen

Kontakt

Familie Bertsch
Tel.: 06103 / 37 15 44 (abends ab 20:00
Uhr oder am Wochenende)
E-Mail: webmaster@diabetes-kids.de
www.diabetes-kids.de

Zielgruppe

Kinder und Jugendliche mit Diabetes
sowie ihre Familien

Sprachen

Deutsch

Diabetescamp bei der SGFA Herring- hausen- Eickum (Herford)

Kontakt

Catharina Siemers
Tel.: 0521 / 96 61 11 09
E-Mail: siemers@arminia-bielefeld.de
www.arminia-bielefeld.de

Zielgruppe

Kinder im Alter von 6 bis 14 Jahren mit
Diabetes

Sprachen

Deutsch

Atempause 2020

Kontakt

Verein zur Förderung der MDSH e.V.
E-Mail: info@fmdsh.de
www.mobile-diabetesschulung.de

Zielgruppe

30 Familien mit mind. einem Kind mit
Typ-1-Diabetes und dessen Geschwister

Sprachen

Deutsch

TOKATAKIYA „Typen-Camp“

Kontakt

Gerd Brandt
Tel.: 0174 / 39 95 15 0
E-Mail: info@tokatakiya.de
www.tokatakiya.de

Zielgruppe

Väter und deren Söhne im Alter von 12
– 14 Jahren

Sprachen

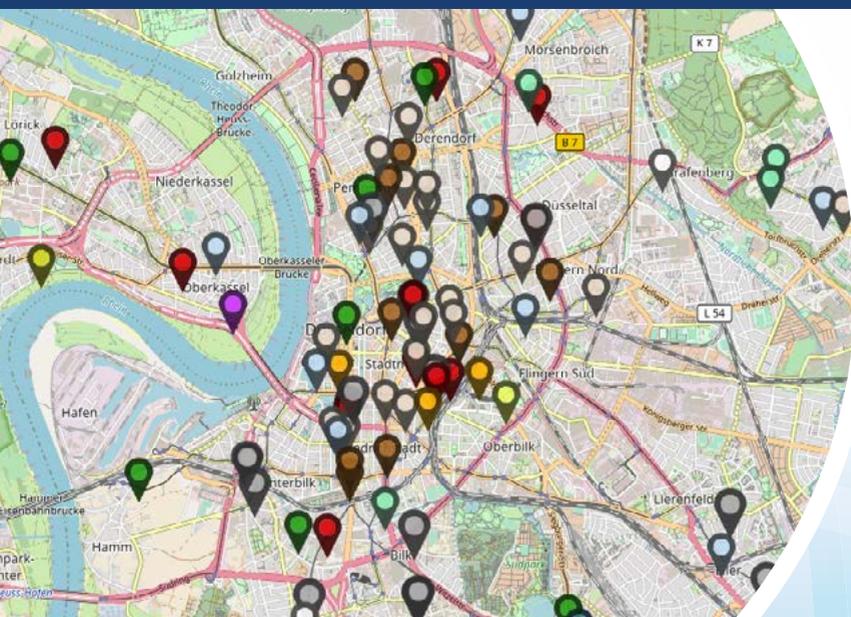
Deutsch

Unser Wegweiser ist für Sie auch online verfügbar, kostenlos und ohne Registrierung

Zusätzlich zu dieser Broschüre bieten wir Ihnen mit unserem Wegweiser im Internet jederzeit die Möglichkeit relevante Angebote im Großraum Düsseldorf zu finden – regelmäßig aktualisiert und um neue Angebote sowie Dienstleitungen erweitert.

Mit Hilfe einer interaktiven Suche mit Umgebungskarte und Filterfunktionen – nach Suchbegriff, Art der Leistung und Sprache – finden Sie über 150 relevante Präventions-, Beratungs- und Versorgungsangebote.

wegweiser.rin-diabetes.de





Wegweiser Diabetes

Diabetes-Angebote im Großraum
Düsseldorf schnell und einfach finden.

Sie möchten schnell und einfach lokale Angebote zur Prävention und Behandlung von Diabetes im Großraum Düsseldorf finden? Sie interessieren sich für eine Diabetes Selbsthilfegruppe oder ein Beratungsgespräch im Bereich Beratung und Schulung? Sie sind auf der Suche nach einem Diabeteslager oder einem Angebot im Bereich Schulungsmöglichkeiten? Nutzen Sie den Wegweiser Diabetes auch finden Sie das passende Angebot für sich oder Ihren Angehörigen.

Der Wegweiser Diabetes ermöglicht Ihnen Diabetes, wodurch die Informationsquelle für Menschen mit Diabetes, Angehörige und interessierte Bürger, schneller und leichter über ein Diabetes-Angebot in Ihrer Umgebung zu finden.

Wählen Sie einen interessanten Suchort mit Umgebungsplan und Informationsknoten - nach Suchergebnis Akt der Leistung wird Suchort - finden Sie über 100 weitere Informationen, Bewertungen und Hinweise angelegte!*



Kartenansicht - Lage der Angebote

Die Kartenansicht bietet Ihnen einen visuellen Überblick über die geografische Lage der Angebote im Großraum Düsseldorf. In einem Fenster können Sie auf einen Blick erkennen, wo Sie welche Angebotskategorie im Sucher können. Kategorien können nach Farbe und Aussehen werden. Lassen Sie sich zum Beispiel die Diabetes Schulungsmöglichkeiten oder Diabetes Schulungsmöglichkeiten anzeigen.

Sie möchten helfen Sie in dem Suchfeld ein passendes Angebot



So leicht finden Sie in 4 Schritten
ein passendes Angebot:

1. wegweiser.rin-diabetes.de aufrufen
2. Öffnen Sie die Kartenansicht
3. Nutzen Sie ggfs. die Filterfunktion auf der linken Seite und wählen die für Sie notwendigen Angebotskategorien aus
4. Passendes Angebot aussuchen

Ihr Angebot ist nicht aufgelistet bzw. Ihnen ist ein passendes Angebot bekannt?

Die Auswahl der Angebote erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Wenn Sie sich bzw. ein Mitarbeiter aus Ihrer Institution auf das Krankheitsbild Diabetes spezialisiert haben oder Ihnen weitere Angebote bekannt sind, welche in unserem Wegweiser Diabetes fehlen, freuen wir uns über eine Kontaktaufnahme von Ihnen.

Damit Ihr Angebot im Wegweiser Diabetes aufgenommen wird, befolgen Sie bitte folgende Schritte:

- 1) Füllen Sie das Anmeldeformular aus wegweiser.rin-diabetes.de
- 2) Senden Sie dieses unterschrieben an
Deutsches Diabetes-Zentrum
Nationales Diabetes-Informationszentrum
Auf'm Hennekamp 65
40225 Düsseldorf

oder per E-Mail an kontakt@rin-diabetes.de

Um die Qualität und Aktualität der im Wegweiser Diabetes enthaltenen Angebote zu gewährleisten, werden diese vor der Registrierung einer Qualitätsprüfung unterzogen.



Datenschutz Wegweiser

Die angegeben, zum Teil personen-bezogenen Daten wurden öffentlich zugänglicher Websites entnommen (u. a. Dienstleister-Website, Verbandswebsites). Die Nutzung der Daten erfolgt im öffentlichen Interesse. Wenn Sie feststellen, dass unrichtige Daten zu Ihrer Person verarbeitet wurden, können Sie die Berichtigung verlangen.

Widerruf Ihrer Daten

Ihnen steht das Recht zu, Ihre Daten jederzeit zu widerrufen. Einen Widerruf können Sie – schriftlich/ per Mail/Fax – an die Einrichtung richten. Einer Angabe von Gründen bedarf es dafür nicht. Ihr Widerruf gilt allerdings erst ab dem Zeitpunkt, zu dem Sie diesen aussprechen. Er hat keine Rückwirkung. Die Verarbeitung Ihrer Daten bis zu diesem Zeitpunkt bleibt rechtmäßig.

Ihnen stehen zudem sog. Betroffenenrechte zu, d. h. Rechte, die Sie als im Einzelfall betroffene Person ausüben können. Diese Rechte können Sie gegenüber der Einrichtung geltend machen. Sie ergeben sich aus der EU Datenschutz-Grundverordnung (DS-GVO), die auch in Deutschland gilt:

Recht auf Löschung, Art. 17 DSGVO

Sie haben das Recht, die Löschung Ihrer Daten zu verlangen, wenn bestimmte Löschründe vorliegen. Dies ist insbesondere der Fall, wenn diese zu dem Zweck, zu dem sie ursprünglich erhoben oder verarbeitet wurden, nicht mehr erforderlich sind.

Recht auf Widerspruch gegen

Datenverarbeitung, Art. 21 DSGVO

Sie haben grundsätzlich ein allgemeines Widerspruchsrecht auch gegen rechtmäßige Datenverarbeitungen, die im öffentlichen Interesse liegen, in Ausübung öffentlicher Gewalt oder aufgrund des berechtigten Interesses einer Stelle erfolgen.

Verantwortlich für die Datenverarbeitung:

Deutsche Diabetes Forschungsgesellschaft e.V.
Auf'm Hennekamp 65
40225 Düsseldorf

Vertreten durch den Vorstand:

Herr Prof. Dr. M. Roden,
Herr Ass. jur. Andreas Fidelak

Telefon 0211 / 33 82 0

Die Einrichtung hat einen Datenschutzbeauftragten bestellt. Den Datenschutzbeauftragten des Verantwortlichen erreichen Sie per E-Mail unter datschutz@deutsches-diabetes-zentrum.de

Postalische Anschrift:

Deutsche Diabetes Forschungsgesellschaft e.V.
„c/o Datenschutzbeauftragter“
Auf'm Hennekamp 65
40225 Düsseldorf

Die vollständige Datenschutzerklärung finden Sie unter www.rin-diabetes.de/datenschutzerklaerung

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne unter kontakt@rin-diabetes.de zur Verfügung.

Impressum

Herausgeber

Deutsches Diabetes-Zentrum (DDZ)
Leibniz-Zentrum für Diabetes-Forschung
an der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf

**Wissenschaftlicher Geschäftsführer und Vorstand
des Deutschen Diabetes-Zentrums (DDZ),
Direktor der Klinik für Endokrinologie und
Diabetologie am Universitätsklinikum Düsseldorf**
Prof. Dr. Michael Roden

Redaktion

Dr. Olaf Spörkel,
Marc Bonn, Laura Dauben, Lukas Schmidt,
Marlo Verket, Anika Zembok

Layout

Mario Dobra

Platz für Ihre Notizen



Platz für Ihre Notizen





KONTAKT

Tel.: 0211-3382 306

E-Mail: kontakt@rin-diabetes.de

RIN
DIABETES

RIN DIABETES WIRD GEFÖRDERT DURCH:

Ministerium für
Kultur und Wissenschaft
des Landes Nordrhein-Westfalen



www.rin-diabetes.de

EIN PROJEKT DES

Nationalen Diabetes-Informationszentrums

Deutsches Diabetes-Zentrum (DDZ)

Leibniz-Zentrum für Diabetes-Forschung

an der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf

Auf'm Hennekamp 65, 40225 Düsseldorf

www.ddz.de

DDZ
Deutsches Diabetes-Zentrum

Leibniz
Leibniz
Gemeinschaft