



Friedrich-Ebert-Straße 33  
34613 Schwalmstadt  
**E-Mail:** info@diabetiker-he.de  
**Web:** www.diabetiker-he.de  
**Tel.:** 0 6691/24957  
**Fax:** 0 6691/24958  
**Mitglied Deutsche Diabetes  
Föderation e.V.**



agenturlografin - stock.adobe.com

## Arzt-Kontakt per Bildschirm: Mit der Video-Sprechstunde Zeit sparen

Die Möglichkeit, Rat und Hilfestellung vom Arzt zu erhalten, ohne in die Praxis kommen zu müssen, weitet sich langsam aus. Seit April 2022 können Kassenärzte jetzt fast ein Drittel ihrer Patienten per Video behandeln, ohne sie einmal im Quartal gesehen haben zu müssen. Bei weiteren 70 Prozent der Patienten können Video-Sprechstunden erst nach einem persönlichen Arzt-Patienten-Kontakt im Quartal abgerechnet werden. Sonderregelungen in der Corona-Pandemie hatten die Zahl der Video-Sprech-

stunden enorm ansteigen lassen. Das ergaben Daten des Zentralinstituts für die kassenärztliche Versorgung. Experten zufolge verringerten Video-Sprechstunden nicht nur die Gefahr einer Infektion; sie ersparten gerade bei Medikamenten-Verordnungen und Krankschreibungen auch öfter weite Wege und lange Wartezeiten. Blutzucker-Werte ließen sich beispielsweise über Smartphone, Tablet oder einen internetfähigen Computer mit Kamera und Mikrofon gut besprechen.

Vor allem einige ältere Mediziner überzeugt die Zeit-Ersparnis nicht; sie bleiben bei der klassischen Sprechstunde, gegebenenfalls ergänzt durch telefonisch erbetene Rezept-Ausstellungen. Immerhin erhalten derzeit immer mehr Patienten die Gelegenheit, mit dem Arzt von zuhause aus über den Bildschirm zu sprechen. Nach Angaben der Kassenärztlichen Vereinigung Hessen boten im 2. Quartal 2022 bereits 3032 von 9777 niedergelassenen Ärztinnen und Ärzten Video-Sprechstunden an.

## Kontrolle der Stoffwechsellage: Vier Biomarker sind besser als einer!

Menschen mit Typ-2-Diabetes können mit einer vierfachen Biomarker-Kontrolle ihre Lebenserwartung positiv beeinflussen. Je früher sie mit der kontrollierten Vorsorge und Senkung der Risikofaktoren beginnen und je länger sie die verbesserten Werte halten können, desto mehr profitierten sie davon. Das ergab die Studie eines Forscher-Teams

der University of Florida mit Patientinnen und Patienten zwischen 51 und 80 Jahren. Je näher die Betroffenen an den Zielwerten ihres HbA<sub>1c</sub>-Werts sowie den Normwerten des Body-Mass-Index (BMI), des systolischen Blutdrucks und des LDL-Cholesterins (LDL-C) waren und langfristig blieben, desto höher war ihre Lebenserwartung.

Schon seit Längerem dient der HbA<sub>1c</sub>-Wert dazu, die aktuelle Stoffwechselsituation einzuschätzen und den Therapie-Erfolg zu beurteilen. Die Daten der Studie zeigten jetzt, dass die Lebenserwartung steigt, wenn alle vier gut eingestellten Werte langfristig gehalten werden. Den größten Effekt erzielten verbesserte Biomarker in der Studie bei Menschen zwischen 50 und 60 Jahren. Die Lebenserwartung der Probanden stieg bis zu 4,2 Jahren. Der positive Effekt zeigte sich geringer, wenn die Kontrolle erst im höheren Alter begann. Bei allen Altersgruppen erwies sich ein niedrigerer BMI nach einem optimalen HbA<sub>1c</sub>-Wert als zweite vielversprechende Größe vor Blutdruck-Normalisierung und Cholesterin-Senkung. Das Forscher-Team sieht in dem Ergebnis einen Motivationsschub für Menschen mit Diabetes, ihre empfohlenen Behandlungsziele durch Lebensstil-Änderungen im Blick zu halten.



libelabs - stock.adobe.com

## Update: Diese Selbsthilfegruppen treffen sich wieder im August 2022

Bei allen Treffen gelten die aktuellen Corona-Regeln!

### SHG Bad Homburg

🕒 **03.08.2022 (regelmäßig am 1. Mittwoch im Monat) um 19.30 Uhr**

👤 Leiterin: Michaela Allert  
Tel.: 0 61 75/79 76 06  
mobil: 01 70/74 54 170  
Kontakt: Lothar Brand  
Tel.: 0 60 07/93 84 31

📍 Vereinshaus Gonzenheim,  
Am Kitzenhof 4, Bad Homburg

🗣️ Vortrag: **Rechtsanwältin Linda Koppe**  
aus Oberursel gibt einen Überblick  
über „Ihre Rechte im Alltag“

Bitte vorher für die Teilnahme anmelden!

### SHG Büdingen

🕒 **08.08.2022 (jetzt regelmäßig am 2. Montag im Monat) um 18 Uhr**

👤 Leiterin: Sabine Smilgeit-Gurski  
Tel.: 0 60 47/18 78

📍 Pizzeria da Michele, Rohrwiesen-  
straße 2, Büdingen-Rohrbach

### DiabetikerSelbstHilfe Bürstadt

🕒 **31.08.2022 (regelmäßig am letzten Mittwoch im Monat) um 19.30 Uhr**

👤 Leiter: Stephan Thomas  
Gruppenbegleiter: Winfried Gündling  
Tel.: 0 62 06/7 13 30  
mobil: 01 73/313 59 52,  
E-Mail: info@dsh-buerstadt.de

📍 Back- und Brauhaus Drays, Wilhelm-  
straße 12, Bürstadt

### SHG Dietzenbach

🕒 **05.07.2022 (regelmäßig am 1. Dienstag im Monat) um 18 Uhr**

👤 Leiterin: Doris Seegers  
Tel.: 0 61 73/9 89 58 39  
Stv. Leiterin: Lore Steinborn  
Tel.: 0 60 74/81 24 44  
E-Mail: lores@web.de

📍 Gemeindehaus von St. Martin, Offen-  
bacher Straße 5, Dietzenbach

### SHG „Süße Nordstadt“ Gießen

🕒 **10.08.2022 (regelmäßig am 2. Mittwoch im Monat) um 18 Uhr**

👤 Leiter: Udo Groß  
Tel.: 06 41/34 0117 36  
mobil: 01 76/86 69 33 61  
E-Mail: udogross24@gmail.com

📍 Nordstadtzentrum Gießen,  
Reichenberger Straße 9

### Diabetiker-Treff Limburg

🕒 **18.08.2022 (regelmäßig am 3. Donnerstag im Monat) um 19 Uhr**

👤 Leiter: Frank Scherer  
Tel.: 0 64 76/24 13

📍 Diezer Straße 13, Limburg, 1. OG links  
Bitte vorher bei Frank Scherer anmel-  
den, da die Teilnehmer-Zahl wegen der  
Raumgröße begrenzt ist.

### Diabetiker-Treff Weilburg

🕒 **10.08.2022 (regelmäßig am 2. Mittwoch im Monat) um 19 Uhr**

👤 Leiter: Frank Scherer  
Tel.: 0 64 76/24 13

📍 Pfarrsaal unter der Heilig-Kreuz Kirche,  
Frankfurter Straße 8, 35781 Weilburg

### SHG Frankfurt-Niederrad

🕒 **09.08.2022 (regelmäßig am 2. Dienstag im Monat) um 15 Uhr sowie 17.08.2022 (regelmäßig am 3. Mittwoch im Monat) um 18 Uhr**

👤 Leiter: Ulrich Marks  
Tel.: 0 69/67 86 53 46,  
mobil: 01 77/3 29 84 14

📍 Im Mainfeld 16, Gemeinschaftsraum (EG)

### SHG Pumpenträger Kreis Offenbach

Gesprächskreis für Typ-1- und Typ-2-  
Diabetiker mit Pumpe

🕒 **10.08.2022 (regelmäßig am 2. Mittwoch im Monat) um 19 Uhr**

👤 Leiter: Karl-Heinz Stieber  
Tel.: 0 61 03/20 18 90  
Werner Stang  
Tel.: 0 60 74/2 81 13  
E-Mail: ka-stieber@t-online.de

📍 Ort: auf Anfrage

### SHG Schwalmstadt

🕒 **03.08.2022 (regelmäßig am 1. Mittwoch im Monat) um 17 Uhr**

👤 Leiterinnen: Birgit Heuser,  
Doris Schwalm, Ute Textor  
Tel.: 0 66 91/2 49 57

📍 Geschäftsstelle Diabetiker Hessen e. V.,  
Friedrich-Ebert-Straße 33, Schwalm-  
stadt

## Bitte vormerken: #KidsKon 2022 am 24. September in Frankfurt

Auch wenn Kinder und Jugendliche in der digitalen Welt zuhause sind und in der Corona-Pandemie das #KidsKon-Web nutzen konnten: Der persönliche Austausch ist Gold wert! Deshalb planen die Deutsche Diabetes Föderation (DDF) und der Bund diabetischer Kinder und Jugendlicher (BdKJ) für Samstag, den 24. September 2022, wieder eine Präsenz-Veranstaltung im Kap Europa in Frankfurt am Main. In der bewährten Mischung von Information, Sport und Spiel mit einer Prise Überraschung erfahren Kinder, Jugendliche und ihre Eltern das Wesentliche über medizinische Innovationen rund um den Diabetes und lernen lebenserleichternde Produkte kennen. E-Mail: [kontakt@mein-bdkj.de](mailto:kontakt@mein-bdkj.de), Stichwort: **#KidsKon 2022**

