

## **Mehr aus den Blutzuckerwerten machen**

Webseite liefert ausführliche Informationen zur Blutzucker-Selbstkontrolle

Die Webseite [www.blutzucker-coach.com](http://www.blutzucker-coach.com) unterstützt Diabetiker bei der Blutzucker-Selbstkontrolle und hilft ihnen dabei, ihre Krankheit richtig zu handhaben. Der Diabetologe Dr. Frank Best aus dem Berufsverband der diabetologischen Schwerpunktpraxen in Nordrhein (BdSN) hat die Webseite erstellt, da die richtige Blutzuckermessung, bzw. deren Auswertung vielen Diabetikern nach wie vor schwerfällt. „Trotz aller modernen Insuline und technischen Innovationen ist der Blutzucker häufig nicht optimal eingestellt“, stellt Dr. Best fest. Blutzucker-coach.com soll deswegen dabei helfen, mehr mit den Messungen der Patienten anzufangen. Dabei richtet sich die Webseite nicht nur an Diabetiker, sondern bietet auch Diabetesberatern, -assistenten und Ärzten einen guten Überblick über die heutigen Möglichkeiten der Blutzucker-Kontrolle.

### **Messergebnisse und deren Auswertung**

Blutzucker-coach.com führt das fort, was Dr. Best vor einigen Jahren mit dem Buch „Blutzucker messen – nein danke?“ begonnen hat. „Die Patienten sollen alle Informationen bekommen, die sie brauchen, um mit wenig Aufwand auf unkomplizierte Art und Weise die Blutzuckerwerte zu optimieren. Ärzte und Betreuer können die Webseite nutzen, um mehr über Analysemethoden zu erfahren, die ihre Erfahrung unterstützen, reproduzierbare Ergebnisse liefern und begründete Entscheidungen ermöglichen“, fasst Dr. Best zusammen. Die Webseite gibt Patienten und Betreuern sowohl über Blutzucker-Messgeräte als auch über Diabetes-Software praktische Informationen an die Hand und legt dar, wie sich beides am besten nutzen lässt. Blutzucker-Coach.com geht dabei von realistischen Stoffwechsel-Zielen aus, welche die Patienten erreichen können. „Auf lange Sicht liegt das Ziel natürlich bei normalen Werten, aber auf dem Weg dorthin ist es sinnvoll, sich die Einstellung des Blutzuckers in kleinere, besser zu bewältigende Pakete einzuteilen. Sonst verlieren die Patienten schnell die Lust, sich mit ihrem Diabetes auseinander zu setzen“, erklärt Dr. Best. Von den Voraussetzungen für ein erfolgreiches Blutzucker-Management, über die Auswahl und Nutzung der richtigen Software bis hin zu einem Überblick über unterschiedliche Blutzuckermessgeräte, erläutert die Webseite alles auf verständliche, aber dennoch ausführliche Art. Videospots zeigen beispielsweise Schritt für Schritt die Verwendung der verschiedenen Software-Programme. Das Diabetes-Management-Blog informiert zudem immer über Neuigkeiten zum Thema.

### **Selbstkontrolle in der Diabetes-Therapie unverzichtbar**

Die technischen Voraussetzungen für die Blutzucker-Selbstkontrolle existieren bereits seit den 50er Jahren; in die Therapie eingeführt wurde sie in den 80ern. Trotzdem führt die Selbstkontrolle noch ein Schattendasein, da es vielen Patienten und ihren Betreuern schwerfällt, die notwendigen therapeutischen Konsequenzen aus den Messergebnissen abzuleiten. Oft fehlt es an der erforderlichen Systematik oder die verfügbare Software wird aufgrund mangelnder Erfahrung nicht genutzt. Dabei kann nur die Blutzucker-Selbstkontrolle die notwendigen Hinweise geben, ob die Behandlung des Diabetes erfolgreich ist oder nicht. Die Auswertung und Anpassung der Medikamentendosis an die Messergebnisse ist wichtig und kann mit Hilfe der Informationen auf der Webseite [www.blutzucker-coach.de](http://www.blutzucker-coach.de) trainiert werden.

Auch der BdSN hält das Thema für wichtig: bei der diesjährigen Fortbildung für die Mitarbeiter der Schwerpunktpraxen, dem BdSN-Update, war es ein zentraler Inhalt.

### **Hintergrund: Der BdSN**

Im Berufsverband der diabetologischen Schwerpunktpraxen in Nordrhein (BdSN) haben sich über 100 niedergelassene Diabetologen organisiert und die bisherige positive Entwicklung in der Betreuung von Diabetes-Patienten mitgestaltet. Ziel ist es, die ambulante Versorgung von Menschen mit Diabetes weiter zu verbessern.

### **BdSN-Pressebüro**

Ziegs Kuchel Müller Communication Service, Regina Owert  
Telefon 0221/50 29 46-45, Fax -49, E-Mail [r.owert@zkm-koeln.de](mailto:r.owert@zkm-koeln.de)