

SPRECHEN SIE MIT IHREM ARZT – HILFREICHER GESPRÄCHSLEITFADEN

- Sie haben das Gefühl, dass Sie möglicherweise nicht die Ergebnisse erhalten, die Sie sich von Ihrer Diabetesbehandlung und*
- Sie stellen häufig zu hohe und zu niedrige Blutzuckerwerte fest*
- Häufige Episoden mit hohem und niedrigem Blutzucker führen dazu, dass Sie sich niedergeschlagen, gereizt und müde fühlen*
- Sie machen sich Gedanken über eine Episode mit niedrigem Blutzucker*
- Andere:*

Im Folgenden sind einige Faktoren aufgeführt, die bekanntermaßen zu Blutzuckerwankungen führen:

Meine Medikation

Sind Ihre aktuellen Medikamente für Sie optimal?

Manche Diabetes-Medikamente, unter anderem Insulin in verschiedenen Dosierungen, können den Blutzuckerspiegel verändern und bei verschiedenen Personen unterschiedlich wirken. Auch wenn Sie bei Ihrer verordneten Behandlung die Anweisungen Ihres Arztes genau befolgen, können bei Ihnen dennoch zu hohe oder zu niedrige Werte auftreten. Sie sind nicht allein. Es ist wichtig, dass Sie von Ihrem Diabetesmanagement überzeugt und damit zufrieden sind. Warum fragen Sie nicht einfach Ihren Arzt, ob Ihre Behandlungsdosen angemessen sind oder ob es vielleicht bessere Behandlungsoptionen für Sie gibt?

Meine Ernährung

Kann Ihr Arzt Ihnen einen besseren Ernährungsplan für Ihre Behandlungsoption empfehlen?

Ein guter Speiseplan sollte zu Ihrem Tagesablauf, Ihren Essgewohnheiten und Ihrer medizinischen Behandlung passen. Bitten Sie Ihren Arzt, mit Ihnen einen geeigneten Speiseplan zu erstellen, der ihre Behandlung gut ergänzt und mit dem Sie die ideale Blutzuckerkontrolle erreichen.

Wenn ich mich nicht gut fühle

Wirkt sich Ihre aktuelle oder chronische Erkrankung auf Ihre Diabetesbehandlung aus?

Eine normale Erkältung, ein grippaler Infekt oder Allergien können sich auf Ihre Diabetesmedikation auswirken und dazu führen, dass Sie nicht die ideale Blutzuckerkontrolle erreichen. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt über sonstige Erkrankungen, an denen Sie vielleicht leiden. Es gibt vielleicht eine andere Behandlungsoption für Sie, mit der Sie zu hohe oder zu niedrige Blutzuckerwerte effektiv in den Griff kriegen können. Kleine Änderungen Ihrer aktuellen Behandlung können Ihnen dabei helfen, Ihren Blutzucker während einer Erkrankung zu kontrollieren.

Mein Aktivitätsniveau

Beeinträchtigt der Grad Ihrer körperlichen Bewegung Ihre Blutzuckerkontrolle?

Regelmäßige Bewegung und gesunde Ernährung in Kombination mit einer optimalen Diabetesbehandlung sind wichtig für das Management zu hoher und zu niedriger Blutzuckerwerte. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt darüber, wie viel Bewegung gut für Sie ist.. Er kann Ihnen sagen, ob Sie an Ihrem Aktivitätsniveau, an Ihrer Ernährung oder Ihrer Medikation etwas ändern müssen, um eine bessere Blutzucker-Balance zu erreichen.

Wenn ich mich niedergeschlagen oder gestresst fühle

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt über Ihre Stressbelastung und Ihr emotionales Wohlbefinden. Dies sind Faktoren, die sich auf die glykämische Kontrolle auswirken.

Die Behandlung einer chronischen Erkrankung wie Diabetes bringt emotionale Belastungen mit sich. Sie sind nicht allein! Viele Patienten fühlen sich in Bezug auf ihre Diabeteserkrankung oft verzweifelt und ängstlich. Der Stress im Zusammenhang mit der täglichen Behandlung von verschiedenen Blutzuckerspiegeln kann frustrierend und überwältigend sein. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt. Er kann Ihnen Mut machen, indem er Ihnen hilft, Ihre medikamentöse Diabetesbehandlung entsprechend einzustellen.

MACHEN SIE SICH NOTIZEN, WELCHE DER GENANNTEN THEMEN SIE GERN BESPRECHEN MÖCHTEN:

.....
.....
.....
.....