

**Die Kosten für die Schulung
übernimmt die Krankenkasse.**

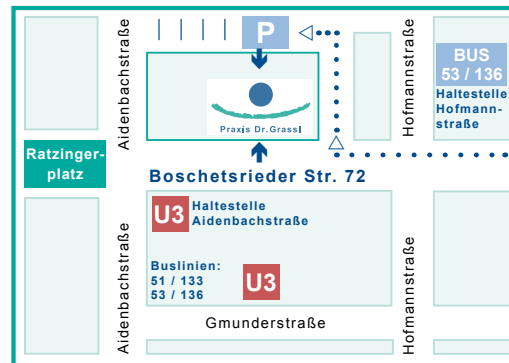
**Die Schulung umfasst 8 Kurs-
stunden von ca. 1 1/2 Stunden.**

Voranmeldung ist erforderlich.



Frau Christine Grassl
Ernährungsberaterin

Diabetes Schulung ohne Insulin



verwendete Photos: fotolia.com
© Pixel & Création ©rimglow ©evgenyb

Kontakt:

Praxis Dr. Grassl Anmeldung
Bitte Name und Telefonnummer
hinterlassen, Sie werden zurück-
gerufen

oder direkt bei:

Fr. Christine Grassl
Telefon: 08178 / 99 790 80
Mobil: 0170 / 89 12 641
Email: c.c.grassl@web.de



in der Praxis Dr.Grassl
Boschetsrieder Str. 72 81379 München
Telefon: 089 / 74 88 940
Fax: 089 / 74 88 94 22
www.praxis-grassl.de

Diabetes Schulungen
in der



Praxis Dr. Grassl

Diabetes Schulung Medias 2

für Patienten, die nicht insulinpflichtig sind.

- Verbesserung Ihres Wissens über die Krankheit
- Akzeptieren der Erkrankung als lebenslangen Begleiter
- Ernährung bei Diabetes
- Motivation zur Gewichtsabnahme
- Selbstkontrolle der Erkrankung



Themen der Diabetes Schulung:

- Entstehung und Behandlung von Diabetes
- Krankheitserleben
- Behandlungsmöglichkeiten
- Folge- und Begleiterscheinungen
- Selbsteinschätzung des persönlichen Risiko- profils
- Selbstkontrolle
- Hyper- und Hypoglykämie
- Erlernen BZ-Messung
- Gesundheitspass Diabetes
- Erklärung des HBA1C
- Vorteile der Gewichtsreduktion
- Bewerten des persönlichen Gewichts
- Bisherige Gewichtsentwicklung
- Motivation zur Gewichtsabnahme
- Entstehung von Übergewicht
- Ernährungsempfehlungen
- Einsparmöglichkeiten von Fett bei Einkauf, Zubereitung und Essen
- Umgang mit Kohlehydraten
- Kalorienbausteine
- Empfehlungen zu sinnvollen Gewichtsreduktion
- Persönliches Gewichtsziel
- Bewertung des Essverhaltens
- Änderung der Essgewohnheiten
- Zielformulierung
- Fußpflege
- Diabetes und Bewegung
- Persönliche Vorsätze im Umgang mit Diabetes
- Kontrolluntersuchungen

