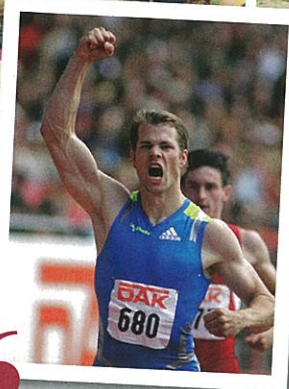


## **Kids-Kurs**

Auch für die Kleineren lassen sich entsprechende Sommerfreizeiten leicht finden. Besonders der „Kids-Kurs“ (unterstützt durch Sanofi) sticht hierbei heraus. Ihn gibt es bereits seit dem Jahr 1992. Geleitet wird der „Kids-Kurs“ von dem Diabetologen Dr. med. Karsten Milek, der im Jahr 2004 für sein Engagement auf diesem Feld das Bundesverdienstkreuz erhielt. Der Kurs entstand aus der Überlegung heraus,



Beim Kids-Kurs wird Kindern zwischen sechs und 16 Jahren volle 14 Tage Programm geboten.



„Die begeistertsten Reaktionen der Kinder und ihre vielen Fragen zum Umgang mit der Erkrankung und zur Insulintherapie haben mir gezeigt, wie wichtig Motivation und der persönliche Austausch sind.“

Daniel Schnelting mehrfacher deutscher Meister und Goldmedaillengewinner bei den Junioren-Europameisterschaften über 200 m über seine Erfahrung im „Kids-Kurs“.

ein Kursprogramm für junge Menschen mit Diabetes mellitus Typ 1 ins Leben zu rufen. Hierbei war der Grundgedanke dieser, ein Therapiemanagement, das speziell auf die Bedürfnisse von Kindern zugeschnitten ist, in einem 14-tägigen abwechslungsreichen Freizeitaufenthalt zu integrieren. In der Praxis bedeutet dies, dass neben den unterschiedlichen Schulungen und medizinischen Untersuchungen auch eine Vielzahl an Ausflügen, Sportarten und weiteren Freizeitaktivitäten Teil des Programms sind. Der „Kids-Kurs“ gleicht also vielmehr einem Feriencamp, da die medizinischen Komponenten geschickt mit Spiel, Spaß und Spannung kombiniert werden. Wie der Name schon erahnen lässt, richtet sich der „Kids-Kurs“ – anders als das „Camp D“ – an ein jüngeres Publikum. Kinder zwischen sechs und 16 Jahren können unter fachlicher Betreuung in dem Kurs lernen, ihren eigenen Körper, den Diabetes und andere Kinder näher zu erfahren. Begleitet werden die jungen Menschen von einem fre-

chen, roten Maskottchen, dem „Diabolus“ (angelehnt an den gleichnamigen Verein diabolus e.V.). Dieses kleine Teufelchen im Comicstil gibt clevere Erklärungen und hilft dabei, essentielle Zusammenhänge rund um den Diabetes auf lockere Weise an die Kinder zu vermitteln.

Jedes Jahr nehmen Ende Juli 100 Kinder an dem professionellen Training im Umgang mit Blutzuckerwerten teil. Diesen Sommer findet die Initiative vom 26. Juli bis zum 9. August statt. Das Programm wird von den Krankenkassen, die die Voraussetzungen eines jeden Falles prüfen, finanziert. Leider gab es in den vergangenen Jahren und auch in diesem Jahr mehr Interesse und Anfragen, als es die Kapazitäten des Kurses hergeben. Kinder, die dieses Mal nicht an dem Kurs teilnehmen können, haben im folgenden Jahr bei einer Zweitmeldung höhere Chancen an einer Teilnahme. Und das Warten lohnt sich auf jeden Fall, da die im Kurs gemachten Erfahrungen und Wissensfort-

schritte einzigartig und für das weitere Leben maßgebend sein können. Dies ist nicht zuletzt dadurch der Fall, dass die Betreuer zum Großteil selbst Diabetiker sind. Aus diesem Grund haben sie einen besonderen Zugang zu den Kids und geben ihre eigene jahrelange Erfahrung mit der Blutzuckerkrankheit spielerisch und mit viel Geduld an die Kleinen weiter.

### Medizinisches

Da es sich zum Großteil um sehr junge Teilnehmer handelt, die zumeist noch nicht besonders eigenständig handeln, ist jeweils ein Betreuer für zwei Kinder zuständig. So wird garantiert, dass jedem Kind ausreichend Aufmerksamkeit und intensive medizinische Pflege zuteil wird. Diagnostik und Therapie werden spielerisch in den täglichen Ablauf des „Kids-Kurses“ integriert. Immer wieder werden Stoffwechselüberprüfungen und Untersuchungen durchgeführt, sodass Krankenhausaufenthalte sowie Fehltag in der Schule zukünftig auf einem möglichen Minimum gehalten werden.

Das geschulte Team aus Diabetologen, das mit den jeweiligen Ärzten der Kids in Kontakt steht, erstellt nach der Aufnahmeuntersuchung differenzierte Profile von Blutzuckerwerten und deren Nachtzyklen. Zudem werden die Werte – und das ist gerade bei den energiegeladenen Kindern wichtig – auch unter körperlicher Belastung beobachtet. Abhängig von der individuellen Reife des Kindes gibt der Betreuer Anweisungen, wie es in der Praxis mit wenig Aufwand möglich ist, die Insulindosis eigenständig zu korrigieren. Da besonders junge Kinder

mit Diabetes Probleme mit dem selbstsicheren Umgang haben, steht obendrein ein Team aus Kinderpsychologen zur Verfügung, das gegebenenfalls Diagnosen stellt oder die Kleinen bei Bedarf betreut.

### Schulungen

Um die Kinder angemessen auf das Leben mit Diabetes vorzubereiten, finden während der 14 Tage regelmäßige Schulungen statt. Zunächst wird ein dem Alter der Kids entsprechender Wissenstest (DWT- Typ 1) durchgeführt (siehe Kasten unten). Dadurch

### GUT ZU WISSEN

## Der DWT-Typ-1-Diabetes-Test

Dieser Test zur Erfassung wesentlicher Aspekte des Theorie- und Behandlungswissen des Diabetes des Typ 1 wird im Rahmen des „Kids Kurses“ durchgeführt. Es gibt eine Langform (L) sowie eine Kurzform (K) dieses Tests. In beiden Versionen können drei verschiedene Personengruppen (Behandler/innen, Eltern, Jugendliche und Erwachsene) multiple-Choice-Fragen zu Bereichen wie Ursachen, Insulin, Injektion, Ernährung, Sport, Glykämien und Folgeschäden beantworten. Aufgrund der Ergebnisse und des entstandenen Profils lassen sich entsprechende Schulungsmaßnahmen adäquater planen.

Bilder: Kids Kurs

können die Betreuer den Entwicklungsstand der jungen Menschen einschätzen und auf diesen aufbauen. Des Weiteren sind Themen wie „Diabetes und Sexualität“, „Berufswahl, SB-Gesetz und Führerschein“ ein großes Thema. Auch das richtige Verhalten bei einem Schock, alles für die „Pumpi´s“ sowie Blutzuckerselbstkontrolle und Gerätehygiene sind Aspekte des Kurses. In den unterschiedlichen Lerneinheiten werden die Kinder langsam und schonend an den Umgang und die Auseinandersetzung mit der Blutzuckerkrankheit herangeführt. In diesem Zusammenhang ist das Gefühl der Gruppe elementar. Denn im Umfeld anderer Diabetiker erscheint die persönliche Situation häufig leichter und einfa-

cher. Und gemeinsam macht einfach alles mehr Spaß: das Kochen in der Kursküche, das Lernen der Insulinsorten und die verschiedenen Möglichkeiten der Injektion sowie der richtige Umgang mit dem eigenen Körper.

### Vorbilder und Motivatoren

Neben Psychologen, Diabetesberatern, Medizinpädagogen und Ernährungswissenschaftlern leisten auch immer wieder bekannte Größen aus der Welt des Sports einen Beitrag zum „Kids-Kurs“. Im vergangenen Jahr war beispielsweise Spitzensportler im 200-Meter-Sprint Daniel Schnelting, der selbst Diabetiker ist, vor Ort, um die jungen Menschen zu motivieren. Denn, dass Bewegung

Spaß macht und obendrein auch noch die Blutzuckerwerte verbessert, ist ein wichtiger Aspekt für einen gesunden Lebenswandel. Das Bewegungsspiel, das Daniel Schnelting vorbereitet hatte, fand bei den Kindern aller Altersklassen großen Anklang und machte Lust auf mehr. In einer anschließenden Fragerunde konnten die Kids alle Fragen stellen, die sie schon immer in Hinsicht auf Sport und Diabetes interessierten. „Die begeisterten Reaktionen der Kinder und ihre vielen Fragen zum Umgang mit der Erkrankung, zur Insulintherapie oder zum Leistungssport haben mir wieder gezeigt, wie wichtig Motivation und der persönliche Austausch sind“, schwärmte Schnelting nach dem letzten „Kids-Kurs“.

## CAMPS UND SOMMERACTION FÜR KINDER & JUGENDLICHE MIT DIABETES:

### Camp D

**Wer:** Jugendliche zwischen 16 und 25 Jahren

**Wann:** im Sommer, nicht regelmäßig

**Wo:** Bad Segeberg (Schleswig-Holstein)

**Was:** Workshops, Sport, Camping, Betreuung. Siehe auch Artikel oben.

**Wie lange:** vier Tage (ein verlängertes Wochenende)

**Kosten:** 99 Euro (inklusive Zelt und Verpflegung)

Infos unter [www.campd.info](http://www.campd.info)

### Kids-Kurs

**Wer:** Kinder zwischen sechs und 16 Jahren

**Wann:** jedes Jahr im Sommer

**Wo:** Bremsdorfer Mühle (Brandenburg)

**Was:** Schulungen, medizinische Untersuchungen, Sport & Spass. Siehe auch Artikel oben.

**Wie lange:** 14 Tage

**Kosten:** finanziert von den Krankenkassen, bei Kassenabsage privat zu zahlen

Infos unter [www.kids-kurs.info](http://www.kids-kurs.info)

### Fine Stars

**Wer:** Kids von vier bis 17 Jahren

**Wann:** einmal im Jahr

**Wo:** im Internet

**Was:** Modelcasting für drei starke Kids mit Typ-1-Diabetes, die mit ihrer Lebensgeschichte anderen Kindern Mut machen.

**Wie lange:** 1 Tag Shooting

**Kosten:** kostenlos, finanziert von Bayer Diabetes Care

Infos unter [www.diabetes.bayer.de/kids/fine-stars](http://www.diabetes.bayer.de/kids/fine-stars)

### Junior Cup

**Wer:** Kinder zwischen zehn und 14 Jahren

**Wann:** einmal im Jahr, in den Sommerferien

**Wo:** zwei Qualifikationsspiele, ein internationales Finale (Orte wechseln jährlich)

**Was:** Fußballturnier mit zwölf weiteren Ländern

**Wie lange:** bei Einzug ins Finale vier Tage

**Kosten:** Kosten werden von Medtronic übernommen

Infos unter [www.medtronic-diabetes.de/juniorgcup-2014/index.html](http://www.medtronic-diabetes.de/juniorgcup-2014/index.html)