

Die Kurse finden im Schulungsraum über der Wiking Apotheke statt. Der Eingang befindet sich rechts neben der Apotheke.

Klingel: Diabetesschulung Dellenberg 8

Unser Schulungsteam:

Frau Petra Paulikat
Diabetesberaterin DDG
Diätassistentin



Frau Lesley O'Neill
Diabetesassistentin DDG
Praxisassistentin

Unser Ärzteteam

Frau Dr.med. Hege Kjos-Pötsch
Fachärztin f. Innere Medizin
Endokrinologie und
Diabetologie



Herr Dr.med. Georg A.Pötsch
Facharzt f. Allgemeinmedizin
Sportmedizin
Betriebsmedizin



Herr Dr.med. Thomas Röhrich
Facharzt f. Allgemeinmedizin
Facharzt f. Innere Medizin



Angebote an Kursen und Schulungen in unserer Praxis




Hafenstr. 2,
24235 Laboe
04343-1300
Fax: 1360
arztzentrum LABOE

Mail: info@arztzentrum-laboe.de
www.arztzentrum-laboe.de

- **Medias (Mehr Diabetes Selbstmanagement)**

Nach Erstdiagnose: Schulung für Patienten mit Typ 2 Diabetes, die kein Insulin spritzen; beinhaltet die Hypertonieschulung (Ernährungsumstellung, Gewichtsreduktion zur Besserung der Blutzuckerwerte, Ernährung-u.Bewegungsprotokoll)
6 Termine à 3 Std. 1x pro Woche

- **ICT (Mehrfachinjektionen)**

Schulung für Patienten mit Diabetes, die eine intensivierete Insulintherapie haben oder neu darauf eingestellt werden (z.B. individuelle Insulinmengen zu den einzelnen Mahlzeiten)
6 Termine à 3 Std., 1x pro Woche

- **CT (1-2xInsulininjektion)**

Schulung für Patienten mit Diabetes, die eine konventionelle Insulintherapie haben oder erhalten; beinhaltet die Hypertonieschulung (z.B. morgens u. abends Insulin, oder Basisinsulin zur Nacht)
9 Termine à 1,5 Std., 1-2 x pro Woche

- **Hypertonie**

Schulung für Patienten mit KHK oder Diabetes, die gleichzeitig erhöhte Blutdruckwerte aufweisen (Ernährung, Bewegung, Medikamente)
4 Termine à 1,5 Std., 1x pro Woche

- **Gestationsdiabetes**

Für Frauen, bei denen ein Diabetes mellitus erstmalig in der Schwangerschaft festgestellt wird (**Einzelberatung u. Therapie nach individueller Terminabsprache**)

- **Individuelle Beratung**

Einzelberatung zu Ernährungsthemen, die Sie persönlich betreffen (z.B. Fettstoffwechselstörung, Zöliakie, Lactoseintoleranz, Gicht,)
bis zu 5 Termine, nach individueller Terminabsprache (max.210.-€)

- **Abnehmkurs: Abnehmen mit Vernunft**

Von den Krankenkassen anerkannter Kurs zur Gewichtsreduktion: Ernährungsprotokoll, schrittweise Veränderung der Essgewohnheiten, Bewegung, Stabilisierungsphase
10 Termine à 2 Std., 1x pro Woche
Preis:185 € inklusive Material

- **Nordic Walking**

Schnupperstunden zum Erlernen der richtigen Technik. Spaß an Bewegung finden und Natur erleben. Stöcke können geliehen werden Geeignet für jung und alt
8 Termine Frühjahr / Herbst
Preis: 50 €

- **REHA Sport Diabetes (in Zusammenarbeit mit dem TV Laboe)**

Ganzjährig: Bewegung, Gymnastik, Spiele, Blutzuckerkontrollen unter fachlicher Anleitung. (v. den Kassen bewilligt, Rehantrag ausfüllen)
50 Termine: Mo: 11-12 Uhr u. 12- 13 Uhr (derzeit 2 Gruppen)

- **COPD Schulung**

Für Personen mit chron. Bronchitis
3 Termine a 2 Std. 1x pro Woche

- **Asthma Schulung**

Für Personen mit Asthma bronchiale Peak Flow Tagebuch,
2 Termine a 3 Std. 1x pro Woche

Die Schulungen:

Medias, CT, ICT und Hypertonie sind Kassenleistungen für Patienten, die im Diabetes DMP- Typ 2 oder DMP- Typ 1 eingeschrieben sind. Ebenfalls Kassenleistung sind die **Schulungen COPD u. Asthma**

Für den Abnehmkurs, Nordic Walking sowie für eine individuelle Beratung ist ein persönlicher Eigenanteil erforderlich. Die meisten Kassen beteiligen sich mit einer Zuzahlung (Nach Antragstellung)