

Für jeden Typ die passende Nadel.





soft fine® plus

Geprüftes Qualitätsprodukt

... mit dem "plus" an Nadeln, Komfort & Sicherheit

100 + 10 Stück

mit Sicherheitsabwurfbox gratis



Pen-Nadeln

In 6 Längen und 3 Nadelstärken:

0,23 mm (32G) x 4 mm

0,23 mm (32G) x 5 mm

0,25 mm (31G) x 6 mm

0,25 mm (31G) x 8 mm

0,33 mm (29G) x 10 mm 0,33 mm (29G) x 12 mm



FREAHRUNGSBERICHT

Afrika hautnah - Zwei Grenzgänger, Diabetes und ein Kontinent

Drei Ereignisse, die meine Welt veränderten:

Das erste ereignete sich vor 35 Jahren, als ich meine Frau Heti heiratete. Ohne sie wäre so ein turbulentes Leben nicht möglich gewesen. Beinahe 15 Jahre unseres Lebens waren wir als moderne Nomaden unterwegs, anfangs noch mit unseren beiden Kindern.

Das zweite Ereignis war nicht so schön wie der Hochzeitstag und warf meine Welt aus den Angeln. Vor 33 Jahren diagnostizierten die Ärzte bei mir Diabetes und machten mir unmissverständlich klar, dass mein Leben ab sofort nach eisernen Regeln verlaufen muss. Sport oder gar Reisen waren damals für die Doktoren ein rotes Tuch.

Das dritte Ereignis forderte unseren ganzen Mut: Während andere um ihren Arbeitsplatz froh waren, haben wir vor 10 Jahren unsere guten Jobs als Chefsekretärin und Fertigungsplaner gekündigt. Vor allem mit einer Familie ist der konsequente Schritt von der beguemen Sicherheit zum Aufbruch ins Abenteuer eine existenzielle Entscheidung mit offenem Ende. Mit unseren Tovota Land Cruiser sind wir zu einer Weltreise aufgebrochen.

Zuerst trieb uns die Neugierde mehrere Jahre über die legendäre Seidenstraße nach Asien. Dann gingen wir auf eine Reise zu uns selbst und verbrachten ein einsames Jahr zwischen -40 °C und +40 °C am menschenleeren Baikalsee, wo eine mongolische Filzjurte unser einziger Schutz vor Kälte. Bären und Wölfen war. Danach zogen wir weiter nach Afrika.



Unser Toyota Land Cruiser - mitten in der iranischen Salzwüste.

Obwohl wir schon bei der Hinreise im Iran wegen Spionageverdachts kurzzeitig verhaftet wurden (ich fotografierte unbedarft einen Sonnenuntergang), durchstreiften wir zwei Jahre diesen faszinierenden Erdteil, immer auf der Suche nach interessanten Begegnungen und außergewöhnlichen Erfahrungen. Wir sahen unglaubliche Landschaften und erlebten absolute Einsamkeit. Immer dort, wo Andere geradeaus fuhren, bogen wir zweimal rechts ab. So erlebten wir Momente des größten Glücks, aber auch Schicksale, die uns frustrierten. Hier nur ein paar Episoden aus unserer außergewöhnlichen Tour durch den schwarzen Kontinent:

SUDAN - Zwischen den Fronten von Nord- und Südsudan

Eigentlich wollten wir nur mit eigenen Augen sehen, was aus den Nuba geworden ist, einem Stamm, den die



Tukami vom Volk der Masakin-Nuba - mit ihm verbrachte Leni Riefenstahl viel Zeit

Fotografin Leni Riefenstahl in den 70er Jahren entdeckte und durch ihre Fotos berühmt gemacht hatte. Die Nuba sitzen im Grenzgebiet der neuen Staaten Nordsudan und Südsudan zwischen allen Stühlen. Wegen ihres christlichen Glaubens und dem Öl auf ihrem Land werden sie verfolgt, getötet und bis heute versklavt. In Karthum kann sich jeder einen Sklaven für ein paar Dollar kaufen.

DSCHIBUT - Im Vorhof der Hölle

Die "Danakil-Depression" ist der unwirtlichste und menschenfeindlichste Ort ganz Afrikas. Hier bilden Stein, Sand, Lava und alte Sinterschlote eine skurrile Welt. Es scheint, als wäre ein Stück Mond auf die Erde gefallen. Das wollten wir mit eigenen Augen sehen, obwohl wir gar nicht genau wussten, wie und ob dieser Ort mit unserem Land Cruiser überhaupt erreichbar ist. Denn diese Gegend ist so erdfremd, dass der Film "Planet der Affen" hier gedreht wurde.

Doch ausgerechnet in dieser abgelegenen Lavawüste streikte unser Land Cruiser – die Allradzuschaltung klemmte. Das Gelände ist zu steil und ohne Vierradantrieb nicht befahrbar, deshalb wollten wir die letzten Kilometer laufen. Mit Verpflegung und mit 4,5l Wasser im Rucksack machten wir uns morgens auf den Weg,



Wie auf einem fremden Stern: sengende Hitze und hunderte Kalksteinkamine die Dampfschwaden ausstoßen.

ohne zu bedenken, dass am Hitzepol der Erde die Temperaturen mittags auf 60 °C steigen, und jedes Lebewesen in kürzester Zeit dehydriert.

Wir schwitzten in der gnadenlosen Sonne, verloren zu viel Körperflüssigkeit und das Trinkwasser ging zu Ende. Obwohl Herta reichlich trank, wurde ihr Zustand immer schlimmer. Wir traten lieber den Rückweg an, denn unser Wasser wurde knapp. Heti war speiübel, sie konnte kaum noch gehen, wollte nichts mehr trinken und verweigerte sogar Traubenzucker. Zu all dem Übel waren wir mitten in einer weiten Ebene sehr weit vom nächsten Schatten entfernt. An diesem Tag hasste ich unseren Planeten. Ich machte mir Sorgen, dass Heti einen Hitzschlag hatte.

Eine Afar-Frau rettete uns mit ein wenig Wasser vor dem Verdursten, in ihrem Zelt fanden wir etwas Schatten, Ruhe und Erholung. Nachmittags setzen wir unseren Weg fort und erreichten endlich das ersehnte Auto. Das Thermostat zeigte 60 °C an. Zudem hat der extreme Schweiß den Silikonkatheter meiner Insulinpumpe herausgeschwemmt, und auf unserem Fußmarsch hatte ich keinen Ersatz dabei. An diesem Tag habe ich den höchsten Zuckerwert in meiner Diabetes-Karriere gemessen.

DEM. REPUBLIK KONGO - ein außergewöhnliches Geschenk als Reiseproviant

Da der kriegsgeschüttelte Kongo ein Land mit nur noch wenigen befahrbaren Straßen ist, machten wir uns im Kongobecken mit Flugzeug und Einbaum auf die Suche nach den sehr scheuen Urwaldpygmäen. Dabei wurden wir von einem Bantustamm als Missionare empfangen, der uns zum Abschied seine größte Delikatesse als Reiseproviant schenkte: eine lebende Fledermaus.

Immer tiefer mussten wir in den Dschungel vordringen, weil die friedlichen Pygmäen sich mehr und mehr in den unzugänglichen Urwald zurückziehen. Sie haben vor den hier herrschenden Bantu Angst. denn die versklaven oder töten sie gar, wenn sie den Holzfällern nicht schnell genug Platz machen. Mit Glück entdeckten wir die kleinen Menschen dann doch noch, die mir nur bis zum Bauchnabel reichten. In der Naturmedizin sind die Pygmäen Meister und wissen genau, welches Kraut wofür oder wogegen gewachsen ist. Noch besser wissen sie, welches Kraut, als Droge geraucht, am besten wirkt.

Klein aber fein - die Menschen aus dem Volk der Urwaldpygmäen

ANGOLA - Malaria und viel Glück

Der Aufenthalt im dampfigen Urwald des Kongobeckens rächte sich unerwartet. In dieser entlegenen Region steht Malaria auf Platz eins der Todesursachen. Doch wieder einmal hatten wir riesiges Glück. In Luanda, der Hauptstadt Angolas, lernten wir Jun, einen herzensguten Philippinen

und Inhaber einer Baufirma kennen, der uns zum Übernachten einlud.

Das Faszinierendste an diesem erfolgreichen und warmherzigen Mann ist seine Bescheidenheit und Hilfsbereitschaft. Er schickt arme Angolaner in die Philippinen zum Studieren, zahlt Schulgeld für Waisen, lässt Brillen und Medikamente im großen Stil verteilen. Und all das schafft er nur mit der Unterstützung seiner wunderbar temperamentvollen Frau Fe. Am darauffolgenden Morgen war Jun sehr traurig, denn einer seiner Mitarbeiter starb innerhalb einer Woche an der gefährlichen Malaria falciparum. Diese Art Malaria zerfrisst in kürzester Zeit das Gehirn. Der Mann klagte nur über leichte Beschwerden wie Kopfschmerzen. Sehstörungen und Schwindelgefühle. Als Herta von den gleichen Symptomen erzählte, leuchteten alle Warnlampen knallrot. Sofort gingen wir zum Test. Und peng ein positives Ergebnis. Nach drei Tagen Behandlung mit der Malariamedizin Coartem verschlimmerten sich ihre Beschwerden. Ein erneuter Test war wieder positiv und Heti am Boden zerstört. Die zweite Malaria-Hammermedizin Fansidar forderte ihren Körper bis an die Grenzen, so dass ihr sogar Haare ausfielen. Doch dann endlich!! - Der dritte Test war negativ. Hätten wir nicht Jun getroffen, wären wir jetzt in der arzt- und

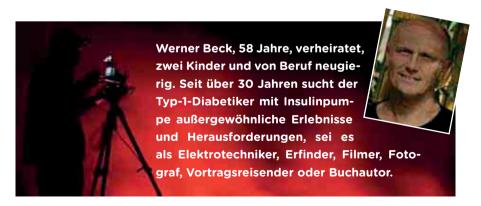
menschenleeren Mocamedes-Wüste im Südwesten Angolas am Atlantik unterwegs. Zum Glück werden wir nie wissen, was ohne die Malaria-erfahrung von Jun und Fe mit Heti passiert wäre.

Solche Afrika-Erlebnisse sind emotionale Achterbahnfahrten. Darüber hinaus ist Afrika viel komplexer und schwieriger zu verstehen, als wir es uns je vorstellen konnten. Vor allem der enge Kontakt zu Menschen und Kulturen hat uns in unserer insgesamt dreijährigen Zeit in Afrika geprägt und verändert.

Als Diabetiker werde ich oft gefragt, ob ein solches Leben nicht verantwortungslos ist. Es kommt auf die Erfahrung und die Risikobereitschaft an. Sicher ist es nicht jedermanns Sache mit dem Handicap Diabetes so extrem zu reisen. Letztlich aber ist alles, was wir tun riskant. Auch durch vorausschauendes Handeln und mit 30 Jahren Diabeteserfah-

rung bleibt immer ein Restrisiko. Ich glaube, ein Diabetiker kann alles erreichen, wenn er es wirklich will. Er muss nur mehr dafür tun. Vielleicht haben wir Diabetiker sogar einen Vorteil. Wir haben Disziplin gelernt sowie den Willen, vorausschauend zu handeln. Beides sind Voraussetzungen, die das Abenteuer "Leben" neben dem Glück ständig braucht.

In unseren Reisepausen geben wir unsere außergewöhnlichen Erfahrungen und Abenteuer in Multivisionsshows, Magazinen, Büchern und DVDs weiter. Bisher sind die Bücher "Auszeit am Baikalsee - 1 Jahr am Limit" sowie ..Afrika hautnah - Ein Land Cruiser. zwei Grenzgänger und ein Kontinent" im Delius Klasing Verlag erschienen. Die DVDs "Abenteuer Baikal - 1 Jahr am Limit" und "Auge in Auge mit Afrika - Eine Reise zu den Menschen und ihren Kulturen" wie auch die Bücher können unter www.hwbeck.de bestellt werden. Dort gibt es auch ausführliche Informationen und Bilder



IHRE MEINUNG IST UNS WICHTIG

Weiter so ...

REGELMÄSSIGE BEFRAGUNG

Damit wir einschätzen können, wie unsere Arbeit und unsere Services bei Ihnen ankommen, befragen wir jährlich eine zufällige Auswahl an Medig-Kunden.

Ende letzten Jahres haben wir unsere Kunden um ihre Meinung gebeten. Wie zufrieden sind Sie mit uns und was können wir für Sie noch besser machen? Viele der angeschriebenen Kunden haben diese Möglichkeit genutzt.

An dieser Stelle möchten wir uns ganz herzlich bei allen Teilnehmern bedanken, die sich die Zeit genommen und dazu beigetragen haben, uns ein umfangreiches Meinungsbild zu zeigen.



WIR MÖCHTEN IHNEN AN DIESER STELLE EINE KURZE ZUSAMMENFASSUNG ZEIGEN.

Unsere Kunden haben uns bestätigt, dass unsere Services überzeugen. So geben uns 95 von 100 unserer Kunden für unsere Services gute und sehr gute Gesamtnoten. 60 % geben uns sogar die Bestnote "1".

Insgesamt sind Sie so zufrieden mit Mediq, dass mehr als 90 % der Befragten uns weiterempfehlen würden. Ein tolles Ergebnis.

Sie haben uns nicht nur in unseren Stärken bestätigt, sondern uns auch Schwachstellen aufgezeigt. So können wir mit konkreten Verbesserungsmaßnahmen unserer Verantwortung noch besser gerecht werden.

Mehrfach wurde angemerkt, dass Sie sich für unser Servicematerial, wie kostenlose Tagebücher, Ratgeber und Kataloge interessieren und einen einfacheren Zugang wünschen. Bestellen Sie sich mit dem Coupon auf der Rückseite dieses updates Ihr Wunschmaterial nach Hause, geben Sie Ihre Anfrage telefonisch unter 0800 - 342 73 25 mit Ihrer nächsten Bestellung auf oder holen Sie Ihr Servicematerial in einem unserer Diabetesläden ab.

Sie interessieren sich für unsere Aktionsangebote und möchten an kostenlosen Produkttests teilnehmen? Melden Sie sich mit Ihrer Unterschrift auf dem Coupon für den Medig Info-Service an.

Unser COMFORT.Programm wird von unseren Kunden ebenfalls sehr geschätzt. Gut 3/4 der Befragten, die dass Programm für unsere treuen Kunden kennen, sind mit dem COMFORT.Programm und den tollen Prämien (sehr) zufrieden. Allerdings mussten wir feststellen, das gut die Hälfte unserer Kunden das Programm noch nicht kennt.

Das COMFORT.Interesse ist unter den Befragten erfreulich groß.

Informationen und Anmeldekarten gibt es für alle Interessierten in unseren Diabetesläden und Podologien vor Ort. Oder bestellen Sie sich Ihren COMFORT.Flyer mit Ihrer nächsten Bestellung.

Vermehrt kam die Frage auf, wo wir in Deutschland mit Läden vor Ort sind. Sie finden uns unter anderem in Annaberg-Buchholz, Bad Kissingen, Bad Wildbad, Bautzen, Bergheim, Berlin, Bischofswerda, Bochum, Brandenburg/Havel, Chemnitz. Dessau-Roßlau. Dres-



den. Esslingen. Eisenhüttenstadt. Freital, Gera, Greifswald, Gronau, Halle, Hannover, Hennigsdorf, Hildburghausen. Hohenmölsen. verswerda, Kiel, Langburkersdorf, Leipzig, Löbau, Ludwigshafen, Magdeburg, Meißen, Minden, Neumünster, Neustrelitz, Nuthetal, Oranienburg, Rinteln, Rostock, Saalfeld, Schkeuditz, Schmölln, Schwerin, Staßfurt, Stuttgart, Torgau, Wedemark, Wismar, Wildau b. Königs Wusterhausen, Wittenberge, Wuppertal. Die genauen Anschriften und Öffnungszeiten finden Sie auf www.mediadirekt.de.

IHR WOHL LIEGT UNS AM HERZEN.

Sie haben weitere Fragen oder Anregungen? Schreiben Sie uns eine E-Mail an info@mediqdirekt.de oder kontaktieren Sie uns telefonisch unter 0800 - 342 73 25.

PRODUKT-ERFAHRUNGSBERICHT

Der bewegte Mann

Jens Doßmann wandert, klettert und fährt Ski. Bewegung ist sein Lebenselexir. Und er begeistert auch andere Menschen für den Sport.

Der Tag ist wenige Stunden alt, als Jens Doßmann am Godafoss ankommt. Tosend stürzt das Wasser in die Tiefe, am Horizont geht gerade die Sonne auf. Die Luft ist feucht, feine Wassertröpfchen glitzern im Licht, benetzen Haar und Gesicht. Seit zehn Tagen wandert er durch Island, warme Kleidung schützt ihn gegen die frischen Temperaturen. Das Wandern ist seine große Leidenschaft. Jedes Jahr macht er mehrwöchige Wandertouren - im Sommer wie im Winter.

Dass ein reiner Schreibtischjob ihn nicht glücklich machen würde, war dem 38-Jährigen Berliner schon früh klar. Nach seiner Ausbildung zum Kaufmann ging er deshalb nach England. Dort arbeitete er in einem Outdoor-Center, legte die Prüfung zum Kletterlehrer und zum Kanu-Guide ab. Natur pur und jede Menge Bewegung – England wurde zu seinem Lieblingsland und Sport zu seinem Beruf. Dass er Diabetes hat, wusste der damals 30-Jährige noch

nicht. "Ich war oft müde und musste häufig zur Toilette", sagt Doßmann. Irgendwann ging er zum Arzt und bekam die Diagnose, dass er Typ-1-Diabetiker ist. "Ich habe die Erfahrung gemacht, dass viele Menschen mit Diabetes denken, sie könnten keinen Sport machen", sagt Doßmann. "Ich selbst bin aber der beste Beweis dafür, dass das nicht stimmt. Ganz im Gegenteil: Bewegung ist wichtig für den Körper."

Sein Alltag hat sich durch die Diagnose zwar verändert, aber Grenzen, die es für ihn früher nicht gegeben hätte, gibt es auch heute nicht. "Dass ich regelmäßig Sport treibe, hilft mir dabei, regelmäßig zu messen", sagt Doßmann. Die sportliche



Disziplin hat sich auf seinen Umgang mit dem Diabetes übertragen. Doßmann benutzt Accu-Chek Mobile. welches er immer bei sich hat. "Das Gerät bietet alles, was ich mir von einem Messsystem wünsche", sagt Doßmann. "Mit ihm kann ich meinen Blutzuckerwert schnell und diskret messen." Und das überall - egal, ob er gerade eine Wanderung macht. oder zuhause in Berlin Basketball spielt. Doßmanns Begeisterung für Sport und Bewegung färbt ab. Einen Freund überzeugte er im vergangenen Sommer davon, mit ihm den 150 Kilometer langen West Highland Way in Schottland zu erwandern. "Er ist übergewichtig und zweifelte am Anfang daran, ob er durchhalten würde", erzählt Doßmann, "Aber wandern kann jeder - egal wie fit er ist, und das Äußere spielt in der Natur sowieso keine Rolle, Mein Bekannter erlebte durch diese Herausforderung ein ganz neues Glücksgefühl."

Auch beruflich bringt Jens Doßmann Menschen in Bewegung. An diesem Nachmittag steht er in einer Sporthalle in Berlin-Lichtenberg. Um ihn herum klettern Mädchen und Jungen die Wände hoch, überlegen, wie sie die Füße setzen müssen, um sicher ans Ziel zu kommen. Doßmann zeigt ihnen Handgriffe, er erklärt ihnen, wie sie das Körpergewicht verlagern sollen. Dass er Diabetes hat, wissen in der Gruppe alle – eines der



Mädchen ist selbst Tvp-1-Diabetikerin. "Früher habe ich in der Schul-Kantine immer als Erste mein Essen bekommen", sagt sie und lächelt verschmitzt. In der Kletterhalle gibt es zwischen ihr und den anderen Jugendlichen keinen Unterschied. "Der Weg ist das Ziel. Wer die Wand erklimmen will, muss zuerst genau darüber nachdenken, mit welchen Griffen und Schritten er das schaffen kann", sagt Doßmann. Beim Klettern kommt es nicht auf Schnelligkeit an. Köpfchen und Balance sind genauso wichtig wie Kraft und Ausdauer. "Bewegung tut nicht nur dem Körper gut - sie trägt auch dazu bei, dass wir seelisch im Gleichgewicht bleiben und einen freien Kopf bekommen", sagt Jens Doßmann.

Produktneuheiten und Neuigkeiten

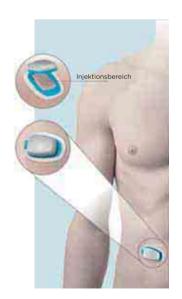


Schnell und sicher zum Therapieziel: mit dem neuen INSUPAD®-System



Seit Ende 2013 gibt es das InsuPad™ der Firma Insuline Medical. Hierbei handelt es sich um ein System, welches laut Hersteller die Insulinaufnahme verbessert, indem es den Injektionsbereich gezielt erwärmt. An dieser Stelle kann das Insulin schneller in den Blutkreislauf aufgenommen werden.

Das InsuPad ist für die Anwendung bei Menschen mit Typ-1 und Typ-2-Diabetes geeignet, die Mahlzeiten-Insulin verwenden. Studien* haben gezeigt, dass der Insulinverbrauch durchschnittlich um 28 % sinkt und Unterzuckerungen um bis zu 45 % verringert werden können. Die Blutzuckermesswerte sind nach den Mahlzeiten geringer und somit verbessert sich die Blutzuckereinstellung langfristig.



Das Gerät wird automatisch durch das Öffnen und Schließen des Einweg-Fensters aktiviert. Das geöffnete InsuPad™-System gibt ein Hautareal frei,
dass für vier bis fünf Injektionen an verschiedenen
Stellen ausreicht. Das Einweg-Fenster kann maximal einen Tag benutzt werden. Derzeit ist die Kostenübernahme durch die Krankenkasse eine Einzelfallentscheidung. Wir übernehmen für Sie gern
die Erstellung eines Kostenvoranschlages und die
Beantragung bei Ihrer Kasse. Bei Fragen hilft Ihnen
unser Kundenservicecenter unter der kostenfreien
Rufnummer 0800-342 73 25 gern weiter.

* BARMER Study: Pfützner A., Funke K., Hermanns N. et al., Diabetologia, 56 (Suppl.1): A437, 2013



... mit dem "plus" an Nadeln, Komfort und Sicherheit

KLINION[®] soft fine[®] plus - Pen-Nadeln Jetzt neu auch in 4 mm Länge

Die Klinion® soft fine® plus Kanülen gibt es jetzt auch in 4 mm Länge. Wichtig für eine sichere Insulininjektion ist die richtige Kombination aus Nadellänge und Injektionstechnik. Klinion® bietet nun Qualitätsnadeln in insgesamt 6 verschiedenen Längen und 3 verschiedenen Nadelstärken an. Für jeden Typ die passende Nadel.

Mit der kurzen Nadel wird das Risiko von Injektionen in den Muskel minimiert und das Schmerzempfinden kann verbessert werden. Sie ist besonders geeignet für Kinder und sehr schlanke Menschen.



Neu im Sortiment

Das Blutzuckermessgerät MyStar Extra® von Sanofi

Als Teststreifen wird der BGStar® verwendet. Der MyStar Extra® bietet mit der einzigartigen HbA_{1C}-Funktion eine Trendberechnung des Langzeitblutzuckerwertes und damit zusätzliche Orientierung zur Therapiesteuerung. Weiterhin unterstützt das Messgerät den Verwender durch eine Tagebuchfunktion mit Nüchternblutzucker-Trendpfeil, die Berechnung von Durchschnittswerten und symbolbasierte Mahlzeitenmarkierungen.



Außer Handel

FreeStyle Precision und FreeStyle Lite

Die Geräte FreeStyle Precision und FreeStyle Lite sind seit Dezember 2013 nicht mehr in Deutschland erhältlich. Neu dazu gekommen ist das FreeStyle Precision Neo, welches über Abbott angefordert werden kann.

Produktinformation

INSULINPUMPE MIT BOLUSRECHNER

Aktive Hilfe bei der Berechnung der Insulindosis

Blutzucker messen, an den Blutzuckerzielwert denken, den Kohlenhydratgehalt der Mahlzeit abschätzen,

Kohlenhydrat- und Korrekturfaktor kennen – und mit diesen Daten die richtige Insulinmenge berechnen:

Diese Formel kennen alle, die ihren Diabetes mit einer intensivierten Insulintherapie (ICT) mit Spritze, Insulinpen oder mit einer Insulinpumpe (CSII) behandeln.

Der Bolusrechner hilft Ihnen beim Berechnen der Insulindosis. Die Informationen, die er im Vorfeld dazu braucht, werden gemeinsam mit dem behandelnden Arzt eingestellt. Entscheidend sind Blutzuckerzielbereiche, Kohlenhydratfaktoren und Korrekturfaktoren und zwar jeweils für die unterschiedlichen Tageszeiten. Außerdem sind Wirkdauer und Wirkbeginn des verwendeten Insulins wichtig.

Ist eine sportliche Aktivität geplant,

kann auch die notwendige Reduktion des Bolus berücksichtigt werden. Aufgrund eigener Erfahrungen wissen die meisten, wie sich welche Sportart auf den Insulinbedarf auswirkt: Sinkt der Bolus um 20 Prozent, oder sind nur 50 Prozent des Bolus nötig? Diese Faktoren kann man im Bolusrechner hinterlegen und bei Bedarf in die Rechnung einfließen lassen. Stress, Krankheit oder andere Dinge lassen sich ebenfalls auf diese Weise berücksichtigen.

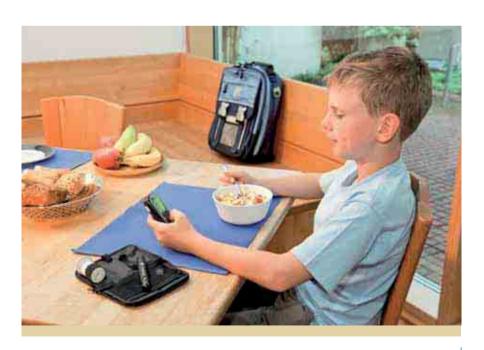
Bolusrechner sind als Blutzuckermessgerät oder in Kombination mit Insulinpumpen, z. B. Accu-Chek Combo, auf dem Markt. Die Entscheidung, ob das Insulin sofort oder über einen längeren Zeitraum abgegeben werden soll, liegt weiterhin ausschließlich beim Anwender selbst.

POSITIVE RESONANZ AUF BOLUS-RECHNER

Diabetesexperten beurteilen den Einsatz von Bolusrechnern durchweg positiv – vor allem für die Berechnung der benötigten Korrekturinsulindosis nach den Mahlzeiten.

So wurde in einer Studie, bei der 86 Menschen mit Diabetes (73 Typ-1und 13 Typ-2-Diabetiker) über sechs Monate eine Insulinpumpentherapie in Kombination mit einem Bolusrechner durchgeführt hatten, eine HbA_{1c}-Reduktion erzielt. Außerdem waren die Teilnehmer sicherer und deshalb deutlich zufriedener mit ihrer jeweiligen Behandlung. Die vollständigen Studienergebnisse wurden zur Publikation beim Journal of Diabetes Science and Technology eingereicht (D. Kerr et al.).

Auch bei Kindern bringt ein Bolusrechner Vorteile, wie eine Studie von B. Shashaj, publiziert 2008 in "Diabetic Medicine", zeigt. Die 36 Fünf- bis 18-Jährigen konnten mit Hilfe der Rechenunterstützung durch den Bolusrechner ihre Blutzuckerwerte näher an den Normbereich heranbringen.



VOR-ORT-SERVICE

Unser Mediq Laden in Bad Kissingen

Bad Kissingen, gelegen im Dreiländereck Bavern. Hessen und Thüringen ist nach Angaben des Meinungsforschungs-Instituts der bekannteste Kurort in Deutschland und außerdem baverisches Staatsbad und der älteste Gradierstandort Europas. Dass es sich hier schon Kaiser und Kaiserinnen gut gehen ließen, sieht man noch heute. wenn man die historischen Bauten der Altstadt bewundert oder durch die weitläufigen, blühenden Kuranlagen und Parks spaziert. Die wunderbare Natur und die herrlich klare Luft in und um Bad Kissingen sind geradezu eine Einladung für Aktivitäten im Freien.

So ist es auch kein Wunder, dass sich Bad Kissingen nach und nach als Gesundheitsstandort mit einer Vielzahl an Kliniken, Kureinrichtungen, niedergelassenen Ärzten und zwei Krankenhäusern etablieren konnte. Gleichermaßen beliebt bei Einheimischen, Touristen und Kurgästen sind das breite Kulturprogramm und die große Auswahl an exklusiven Restaurants, gemütlichen Gaststätten,

Cafés und romantischen Weinstuben.

Gar nicht weit vom Stadtzentrum entfernt finden Sie unseren Diabetesladen. Hier stehen wir - das sind Gabriele Müller, seit 1998 im Diabetes Fachhandel tätig, und Sonja Helfrich, seit Februar 2012 dabei, unseren Kunden mit Rat und Tat zur Seite.

Zu uns kommen langjährige Stammkunden genau so wie verunsicherte Betroffene, bei denen die Krankheit Diabetes gerade erst diagnostiziert wurde und die natürlich jede Menge Fragen haben. Aber auch viele Kurgäste aus der nahen Klinik oder Urlauber und Touristen, die uns eher zufällig beim Stadtbummel entdecken, gehören zu unserem Kundenstamm. Sie alle schätzen die entspannte Atmosphäre und die Zeit für individuelle und persönliche Beratung.

Egal, ob Sie sich über neue Geräte am Markt informieren wollen oder Fragen bezüglich der Anwendung



von Geräten wie Insulinpumpen, Blutzuckermessgeräten oder anderen Hilfsmitteln wie Insulinpens oder Katheter haben, wir helfen Ihnen mit wertvollen Tipps aus unserer jahrelangen Erfahrung.

Natürlich erhält hier auch jeder seinen Diabetikerbedarf wie Teststreifen, Pen-Nadeln und Lanzetten per Rezept oder Barverkauf. Abgerundet wird unser Sortiment durch hochwertige Pflegeprodukte, die speziell für Menschen mit Diabetes geeignet sind. Als besonderen Service tauschen wir die Batterien von Blutzuckermessgeräten oder Insulinpumpen unserer Kunden oder geben Blutzuckertagebücher für die jeweilige Therapie aus. Mit diesem Angebot der praxis- bzw. wohnort-

nahen Rund-um-Versorgung sind wir ein wichtiger Baustein um gemeinsam mit der ortsansässigen Diabetologin, dem medizinischen Versorgungszentrum sowie den Hausarztpraxen eine optimale ambulante Langzeitbetreuung unserer Kunden zu sichern.

Wir freuen uns über die vielen positiven Rückmeldungen unserer Kunden im Ladengästebuch oder in persönlichen Gesprächen. Damit dies auch so bleibt, erweitern wir unsere Kompetenz im Rahmen von regelmäßigen Schulungen und Fortbildungen.

Der direkte Kundenkontakt, die Möglichkeit Menschen zu helfen und die Unterstützung aller Mediq-Mitarbeiter im Hintergrund motiviert uns jeden Tag neu und trägt dazu bei, mit Freude zur Arbeit zu gehen. Wir wünschen allen ein frohes Osterfest und einen schönen Frühling!

ÜBRIGENS ...

Eine aktuelle Übersicht unserer Diabetesläden und spezialisierten Fußpflegepraxen (Podologien) mit Anschrift, Telefonnummer und Öffnungszeiten finden Sie

www.mediq-direkt.de

Quartalsangebote Wir empfehlen!

Die Angebote gelten vom 01.04. bis 30.06.2014 in allen Mediq Diabetes-

läden und über den Medig Postversand.

SPAR TIPP per den versand.

KLINION

Schützen Sie Ihre Füße und beugen Sie Komplikationen vor!

Mediq-Diabetikersocken

4,95 €

- angenehmer Tragekomfort durch hohen Baumwollanteil, dünnes Material (80 % Baumwolle, 15 % Nylon, 5 % Lycra)
- handgekettelt, ohne spürbare Innennähte
- · mit druckfreiem Komfortbund
- erhältlich in schwarz, grau und natur

+ GRATIS*
Klinion Hydraline Fußcreme,
3 % Urea

* Beim Kauf von mindestens 3 Paar Mediq-Diabetikersocken erhalten Sie eine Tube Klinion Hydraline Fußcreme mit 3 % Urea (100 ml) im Wert von 7,90 € gratis dazu.

Für Selbstzahler

Contour Next Sensoren

50 Teststreifen ohne Codierung von Baver. für Messwerte, denen Sie vertrauen können.

24,90 €



Accu-Chek Aviva Teststreifen

50 Blutzuckerteststreifen für verlässliche Messwerte

26,90 €





Für unterwegs

MvLife DailvDose

10 Stück in 0,1 oder 0,3 ml. Einfach und diskret in der Anwendung.

4,49 €



Hypo-Fit mix

Zuckerlösung im Schlauchbeutel. Kein Kauen - einfach Folie aufreißen und trinken. 12 Beutel, ie 4-mal orange, mint, tropical 1 Beutel = 1 BE

7,90 €

Cutasept F + Safety Pads Rolle

250 ml Flasche zur Hautdesinfektion und 1 Rolle mit 250 Zellstofftupfern, 50 x 37 mm zum Vorteilspreis.

6,95 €



DAS MEDIQ-WUNDMANAGEMENT-TEAM HILFT BEI CHRONISCHEN WUNDEN

... über den Wundrand hinausgeschaut

Diabetes wird manchmal erst spät diagnostiziert und angemessen behandelt. Gerade zu Beginn der Erkrankung merken die Betroffenen nicht, was sich in ihrem Körper abspielt. Mögliche Symptome wie Müdigkeit, Abgeschlagenheit und vermehrter Durst werden oft anderen Ursachen zugeordnet. Besonders der Typ-2-Diabetes kann so lange unentdeckt bleiben und wird oft nur per Zufall, zum Beispiel im Rahmen einer Routineuntersuchung, festgestellt.

DER WUNDE PUNKT BEI DIABETES

Bleibt der Diabetes über lange Zeit unbehandelt und der Blutzuckerspiegel dauerhaft erhöht, kann es unter anderem zu Nervenschädigungen und Durchblutungsstörungen kommen. Dadurch wird die Haut empfindungslos und kleine Verletzungen oder Druckstellen, beispielsweise durch unpassendes Schuhwerk bleiben unbemerkt. Aber auch andere Ursachen wie z. B. Gefäßerkrankungen oder Druckgeschwüre bei bettlegerigen Patienten können zu schlecht heilenden Wunden führen.



KLEINE VERLETZUNG - GROSSE WIRKUNG

So kann es passieren, dass die Haut austrocknet und verhornt und sich an diesen Stellen Schrunden bilden. Diese können aufreißen oder die Haut wird durch äußere Einflüsse verletzt. Wegen der schlechten Durchblutung heilt die Wunde schlecht oder gar nicht und schädliche Stoffe wie Bakterien oder Pilze können leichter in die Haut eindringen. Wenn jetzt nicht gehandelt wird, kann die Wunde tiefer werden und das gesunde Muskelfleisch. Sehnen und Knochen erreichen. In einigen Fällen kann nur durch eine Amputation eine weitere Ausbreitung der Infektion verhindert werden. Nur eine aute und konsequente Zuckereinstellung und eine professionelle Wundbehandlung durch Spezialisten helfen, einen großen, chirurgischen Eingriff zu vermeiden.

WUNDMANAGEMENT - MEHR ALS NUR DIE FACHGERECHTE VER-SORGUNG DER WUNDE

Ganz wichtig dabei ist der Blick über den Wundrand hinaus und die enge Zusammenarbeit verschiedener Fachrichtungen sowie die Kooperation des Betroffenen. Auch der Alltag und das soziale Umfeld müssen einbezogen werden. Dementsprechend brauchen Betroffene maßgeschneiderte Unterstützung. Das Mediq Direkt Wundmanagement-Team hilft, passende Lösungen für den Alltag zu finden.



Annette Berger ist Teamleiterin der 14 Mediq-Wundmanagement-Experten, die deutschlandweit unterwegs ist. Täglich wird sie mit den Auswirkungen schlecht heilender Wunden konfrontiert. Aus Unwissenheit, Hilflosigkeit und manchmal auch aus Scham suchen Betroffene oft zu spät professionelle Hilfe. Obwohl die verzögerte Wundheilung vielfältige Ursachen haben kann, sind vor allem Menschen mit langjährigen Diabetes besonders oft betroffen. Da-

mit schmerzvolles Leiden, weit reichende Einschränkungen der Lebensqualität, häufige Arztbesuche und Krankenhausaufenthalte nicht zum Alltag gehören, gibt es einiges, worauf an Diabetes erkrankte Menschen frühzeitig achten sollten. Lesen Sie auf den nächsten Seiten, was Annette Berger auf Grund Ihrer fachlichen Qualifikationen und aus jahrelangen Berufserfahrungen Betroffenen empfiehlt.

Mit viel Engagement von allen Seiten, professioneller Hilfe, modernen Wundversorgungsprodukten und natürlich Geduld habe ich miterlebt, wie sich schon viele härtnäckige chronische Wunden geschlossen haben. Dennoch gibt es drei wesentliche Punkte, die ich Betroffenen ans Herz legen möchte:

1. Pflege, Pflege und noch mehr Pflege

Menschen mit Diabetes haben aufgrund ihrer besonderen Stoffwechsellage eine verminderte Schweißund Talgdrüsenaktivität. Die Haut kann nicht genügend Lipide und Feuchtigkeit speichern. Häufige Fol-

KLINION® HYDRALINE
Die Innovation in der Hautpflege

Hautpflegeprodukte

Für mehr Feuchtigkeit und Gesundheit
Ihrer Haut.

ge ist trockene Haut, die spannt, gerötet ist und zu Juckreiz. Ekzemen und Verhornung neigt. Deshalb ist regelmäßige Pflege mit Produkten, die speziell auf die Haut von Menschen mit Diabetes abgestimmt sind, besonders wichtig. Achten Sie dabei auf Inhaltsstoffe die das Hornhautwachstum verlangsamen (z. B. Isoquercetin), die dem Austrocknen entgegenwirken (z. B. Urea), die die Hautreparatur unterstützen und die Elastizität der Haut erhalten (z. B. Panthenol). Des Weiteren sollten Produkte keinerlei hautreizenden oder austrocknenden Parfümöle enthalten. Kennen Sie zum Beispiel Klinion Hydraline Hautpflegeprodukte? Diese bieten Ihnen genau die passende Kombination aus pflegenden und heilungsunterstüzenden Inhaltsstoffen, die die Haut von Menschen mit Diabetes benötiat.

Kontrollieren Sie Ihre Haut sorgsam bei jeder Pflege und achten Sie dabei besonders auf Ihre Füße! Sollten Sie Wunden entdecken, verpassen Sie es nicht, dies bei Ihrem nächsten Arztbesuch anzusprechen! Nehmen Sie auch "Bagatellverletzungen" ernst! Bei Haut- und Fußproblemen können Ihnen auch qualifizierte und spezialisierte Podologen in einer medizinischen Fußpflegepraxis/Podologie, z. B. eine von zahlreichen Mediq Direkt Podologien, weiterhelfen.

2. Optimale Blutzuckerwerte

Achten Sie auf optimale Blutzuckerwerte, denn nur so können Sie die erwähnten Folgeschäden verringern oder sogar verhindern. In über 90 Mediq-Diabetesläden oder ganz bequem über unseren Versandservice erhalten Sie Ihren Diabetikerbedarf. Und sollten Sie einmal Fragen zu Produkten oder zur Bedienung von Geräten haben oder wollen Sie Ihr Blutzuckermessgerät überprüfen lassen, dann hilft Ihnen unser kompetentes Fachpersonal gern weiter.

3. Professionelle Hilfe bei chronischen Wunden

Wenn Wunden innerhalb von sechs bis acht Wochen nicht heilen, gelten sie als chronisch. Spätestens jetzt ist professionelle Hilfe gefragt. Das Media-Wundmanagement-Team unterstützt Ärzte und Pflegedienste bei der Behandlung von schwierigen und chronischen Wunden, d. h. wir helfen bei der Therapieempfehlung und der Erstellung eines geeigneten Therapieplans. Besonders interessant an dieser Tätigkeit ist, dass wir die Betroffenen häufig schon in der Arztpraxis kennenlernen, bei der Übergabe an die Pflegeinstitution unterstützen und während der gesamten Therapiezeit als Ansprechpartner dienen. So gewährleisten

wir die optimale Zusammenarbeit der verschiedenen Fachkräfte.

Unser Team besteht aus Krankenschwestern und Krankenpflegern mit einer Spezialausbildung als Wundexperten nach dem anerkannten ICW-Standard (Initiative Chronische Wunden). Durch jährliche Rezertifizierungen, mehrere Produktschulungen pro Jahr und zielgerichtete Prozessschulungen bleiben unsere Wundexperten auf dem neusten Stand.

Natürlich tragen auch die modernen Wundversorgungsprodukte zu den Heilungserfolgen bei. Da unsere Wundexperten jedoch nicht überall sein können, sind die Produkte auf Rezept und als Barverkauf auch in unseren Läden und per Versand erhältlich. Außerdem schulen und betreuen wir freie Mitarbeiter und ambulante Pflegedienste.

Wir sind stolz auf unsere Erfolge und die glücklichen Menschen, die durch unsere Behandlungen und Produktempfehlungen von Schlimmerem verschont blieben. Fühlen Sie sich wohl in Ihrer Haut und bleiben Sie gesund!

Ihre Annette Berger Teamleiterin Wundmanagement

MITARBEITER HINTER DEN KULISSEN

Wir sind Mediq



Britta Thärigen Assistentin der Geschäftsleitung

Arbeitsort: Dresden Bei Medig seit: 1998

Ich bin bei Medig verantwortlich für:

 die Unterstützung der Geschäftsleitung und des Managementteams bei deren Aufgaben sowie die Organisation und Planung von Meetings und Events.

An meiner Arbeit mag ich besonders:

• dass diese auch nach mehr als 15 Jahren nie langweilig wird.

Besonders gut kann ich:

· organisieren.

Überhaupt nicht ausstehen kann ich:

· Überheblichkeit und Unehrlichkeit.

Besonders stolz bin ich:

 auf meine langjährige Tätigkeit bei Mediq Direkt und auf meine kleine Familie.

In meiner Freizeit:

 unternehme ich viel mit meiner Familie und gehe ins Kino oder Theater.

Unbedingt sagen möchte ich:

Ein Lächeln kostet nichts, kann aber viel bewirken.



Susann Erkel Mitarbeiterin Ladensupport-Team

Arbeitsort: Dresden Bei Mediq seit: 2013

Ich bin bei Media verantwortlich für:

- die Unterstützung des Ladensupportteams, damit aus leeren Räumen freundliche und moderne Mediq-Läden werden,
- und ich helfe den Ladenmitarbeitern im Arbeitsalltag bei Fragen rund um die Aus- und Umgestaltung sowie Dekoration unserer Läden.

An meiner Arbeit mag ich besonders:

- · die abwechslungsreiche Tätigikeit und
- mitzuerleben, wie viele Ideen kreativ umgesetzt werden.

Besonders gut kann ich:

· organisieren und positiv auf Menschen zugehen.

Überhaupt nicht ausstehen kann ich:

· graue Regentage.

Besonders stolz bin ich:

• Familie und Job jeden Tag erfolgreich zu managen.

In meiner Freizeit:

• bin ich mit meiner Familie viel in der Natur unterwegs.

Unbedingt sagen möchte ich:

Das Leben ist zu kurz für schlechte Laune.



Susan SchlichtingProduktmanagerin
(Abteilung Marketing)

Arbeitsort: Dresden Bei Medig seit: 2001

Ich bin bei Medig verantwortlich für:

- die Recherche zu neuen Produkten und Produktveränderungen, sowie die Kommunikation dazu im Unternehmen,
- die Koordination bei Sicherheitsmitteilungen und Rückrufaktionen von Herstellern,
- · die Optimierung von Produktstammdaten.

An meiner Arbeit mag ich besonders:

- die Zusammenarbeit mit den Kollegen aus den verschiedenen Abteilungen
- · die Kommunikation mit unseren Ladenmitarbeitern.

Besonders gut kann ich:

- zuhören und
- · die Ruhe bewahren.

Überhaupt nicht ausstehen kann ich:

 Unzuverlässigkeit und Schuldzuweisungen ohne den Willen das Problem zu beheben.

Besonders stolz bin ich:

· auf meine kleine Familie

In meiner Freizeit:

- hat mein Sohn die Hauptrolle übernommen,
- · lese ich ansonsten gern und spiele Dart.

Unbedingt sagen möchte ich:

Wer im Rahmen seiner Möglichkeiten einen Beitrag für die Gesellschaft leistet, sollte auch von dieser akzeptiert und respektiert werden.



Sarah Zehentner Kundenbetreuerin (Diabetesladen)

Arbeitsort: Dingolfing Bei Mediq seit: 2013

Ich bin bei Media verantwortlich für:

- die Kundenberatung und -betreuung rund um das Thema Diabetes
- Hilfestellungen bei Handhabungsschwierigkeiten von Geräten wie Blutzucker- und Blutdruckmessgeräten, Insulinpens oder Insulinpumpen
- Warenbestellung für den Diabetesladen

An meiner Arbeit mag ich besonders:

- den persönlichen Kontakt zu unseren Kunden
- · die abwechslungsreichen Tätigkeiten

Besonders gut kann ich:

· mich auf unterschiedliche Menschen einstellen

Überhaupt nicht ausstehen kann ich:

Unzuverlässigkeit und Unordnung

Besonders stolz bin ich:

· wenn meine Kunden zufrieden sind

In meiner Freizeit:

· gehe ich gern Reiten

Unbedingt sagen möchte ich:

Träume nicht Dein Leben, sondern lebe Deinen Traum!

SENSORUNTERSTÜTZTE PUMPENTHERAPIE

Gut, dass "jemand" auf mich aufpasst

Shirin und die Zwillinge Lisa und Laura nutzen seit einiger Zeit die sensorunterstützte Pumpentherapie (SuP). Das innovative SuP-System bedeutet für sie eine bessere Kontrolle des Blutzuckerspiegels und mehr Zufriedenheit sowie deutlich erhöhte Flexibilität im Alltag.

Shirin hat seit zwölf Jahren Typ-1-Diabetes. Doch das ist für sie kein Grund zurückzustecken. Im Gegenteil, sie ist immer in Aktion – als Sängerin auf der Bühne, als Moderatorin im Fernsehen oder auf Festivals sowie als Chefin zweier Musikagenturen. Und weil das noch nicht genug ist, arbeitet Shirin in ihrer Freizeit auch noch als Cycle-Trainerin. Unterzuckerungen haben da keinen Platz.

GUTE GLUKOSEKONTROLLE TROTZ FLEXIBLEM TAGESABLAUF

Aus Angst vor einer Hypoglykämie ließ Shirin früher vor einem Auftritt ihre Blutzuckerwerte bis in gefährliche Höhen steigen. Das damit verbundene Gesundheitsrisiko hat sie über Jahre in Kauf genommen. weil es damals für sie noch keine Alternative gab. Doch dann schlug ihre Diabetologin den Einsatz einer sensorunterstützten Pumpentherapie (SuP) vor. Seit dem hat Shirin keine schweren Glukoseentaleisungen mehr erlebt - weder nach oben noch nach unten. Mit der kontinuierlichen Glukosemessung (CGM) erreicht Shirin eine bessere Kontrolle des Blutzuckerspiegels und ist mit Blick auf ihre Glukosewerte gelassener und entspannter und empfindet eine deutlich größere Flexibilität.

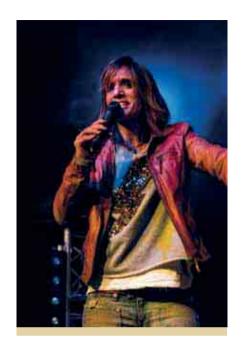
Sinkt der Glukosespiegel schnell oder ist der Wert zu niedrig, kann sie auf den von der Pumpe ausgelösten Alarmton sofort reagieren. Dies hilft, Unterzuckerungen zu vermeiden. Shirin: "Mit der SuP muss ich nicht mehr gegen potenzielle Hypoglykämien anessen, sondern ich kann essen wann ich will und leben.

wie es mir passt! Und das Beste daran: Mit der SuP ist mein HbA_{1c} -Wert von 8,2 % auf 7,5 % gesunken!"

SICHERHEIT AUCH BEI HOHEN AN-FORDERUNGEN

Das innovative System, das bei Menschen mit Tvp-1-Diabetes in besonderen Situationen eine wertvolle Unterstützung beim Diabetesmanagement sein kann, ermöglicht ein nahezu vollständiges Bild des Glukoseverlaufs über 24 Stunden mit 288 Werten pro Tag. Wird ein bestimmter Glukosewert unterschritten, alarmiert die Pumpe den Patienten, der damit rechtzeitig gegensteuern kann. Reagiert der Patient nicht auf den Alarm des individuell eingestellten Grenzwertes. unterbricht die Pumpe automatisch die Insulinzufuhr für zwei Stunden. Der Nutzer kann die basale Insulinzufuhr iederzeit wieder starten. Falls er dies nicht selbst macht, wird die Pumpe automatisch die Insulinzufuhr nach 2 Stunden wieder aufnehmen. Zusätzlich zeigt das System mittels sogenannter Trendpfeile an, ob die Glukosewerte eine ansteigende oder abfallende Tendenz haben, so dass der Patient selbst entsprechend reagieren kann.

"Mit den punktuellen Blutzuckerwerten hatte ich mich mehr oder weniger im Blindflug gefühlt. Mit



CGM kann ich den kompletten Verlauf meiner Glukosewerte nachvollziehen und deutlich besser die Kontrolle behalten," so Shirin und ergänzt: "Und weil ich darauf vertraue, dass ich geweckt werde, wenn nachts eine Unterzuckerung droht, schlafe ich mit CGM deutlich besser und fühle mich morgens viel ausgeruhter als zuvor. Für mich ist die SuP ein echter Fortschritt!"

LEISTUNGSSPORT - KEIN PRO-BLEM!

Die Diagnose Typ-1-Diabetes bei den dreizehnjährigen schwimmbegeisterten Zwillingen Laura und

Lisa vor fünf bzw. vier Jahren war zunächst ein großer Schock für die ganze Familie: "Die Gefahr von Hypoglykämien besteht bei den Kindern ständig. Sie sind in der Entwicklung und dann machen sie viel Sport, was nächtliche Hypoglykämien weiter begünstigt. Wir sind früher jede Nacht zwei- bis dreimal aufgestanden, um den Blutzucker zu messen und um sicherzustellen. dass es den Kindern gut geht", so die Mutter, "Der Sensor ist für uns deshalb eine große Erleichterung! Wir verzichten lieber auf unseren Jahresurlaub als auf die Sensortechnik!"

Auch Laura empfindet die Umstellung auf die SuP als deutliche Verbesserung: "Seit wir die SuP mit Hypoabschaltung nutzen, haben wir keine Angst mehr. Sie gibt bei niedrigen Zuckerwerten Alarm und schaltet sich ab, wenn wir davon nicht aufwachen." Zwillingsschwester Lisa ergänzt: "Seit wir die SuP haben, sind wir ausgeruhter, weil wir nachts keine Unterzuckerungen haben und durchschlafen können. Da hat man auch mehr Kraft für Schule und Sport."

Das neue System erleichtert es den Zwillingen auch, ihrer großen Leidenschaft, dem Schwimmen nachzugehen.

Laura erklärt: "Das klappt sehr gut. Wir haben da mit Hilfe unserer Mutter einen gut funktionierenden Rhythmus mit Blutzuckermessungen und Kohlenhydrataufnahme entwickelt: Bevor wir ins Wasser gehen, messen wir den Blutzucker und überkleben den Sensor mit einem speziellen Pflaster. Die Pumpe koppeln wir einfach ab. Am Beckenrand steht immer eine kleine rote Flasche mit Saft, der mit Traubenzucker angereichert ist.

Nach dem Training messen wir den BZ wieder, schließen Sensor und Pumpe wieder an und korrigieren wenn nötig."

"Im Prinzip fügt sich der Diabetes gut mit dem Leistungssport zusammen – beides verlangt ein hohes Maß an Disziplin", so das Fazit der Mutter.



WISSENSCHAFT UND FORSCHUNG

Insulin aus der Zelldose

Das Hormon Insulin wird in der Bauchspeicheldrüse (Pankreas). genauer gesagt von den Inselzellen dort gebildet. Beim gesunden Menschen steigt nach der Nahrungsaufnahme der Blutzuckerspiegel an und der Körper schüttet Insulin aus. Dieses sorgt dafür, dass die Glukose aus dem Blut in die Körperzellen gelangen kann, wo sie als Energielieferant benötigt wird. Der Blutzucker sinkt wieder. Beim Typ-1-Diabetes fehlt das Hormon, weil das Immunsystem die Inselzellen in der Bauchspeicheldrüse zerstört. Deswegen sind Typ-1-Diabetiker auf externe Insulinzufuhr z. B. durch Spritzen angewiesen.

Schon lange wird geforscht, in wieweit die Transplantation von Bauchspeicheldrüsen oder insulinproduzierenden Inselzellen Typ-1-Diabetikern helfen könnte. Am Dresdner Universitätsklinikum konnten sogar schon erste Erfolge verbucht werden. Doch der Mangel an Spenderorganen sowie die Notwendigkeit, dauerhaft Medikamente einzunehmen, die das Abstoßen des transplantierten Organs verhindern, begrenzen diese Optionen.

SPENDERZELLEN IM TARNANZUG

Normalerweise setzt das körpereigene Abwehrsystem (Immunsystem) Abwehrmechanismen in Gang, sobald es körperfremde Substanzen identifiziert hat. Dies dient unter anderem dem Schutz vor Krankheitserregern wie z. B. Bakterien, Viren oder Pilzen, Hochwirksame Medikamente können die natürliche Abwehrreaktion des Körpers gegenüber körperfremdem Gewebe verhindern. Aber sie schwächen das körpereigene Immunsystem und bergen ein erhöhtes Krebsrisiko. Da diese Medikamente das Immunsystem unterdrücken, werden sie als Immunsuppressiva bezeichnet. Die medikamentöse Therapie heißt Immunsuppression.

Deshalb werden in Dresden ganz neue Wege beschritten: Zum ersten Mal weltweit wurde am Dresdner Universitätsklinikum einem Patienten mit Typ-1-Diabetes ein künstliches Pankreassystem eingepflanzt, in dem körperfremde Inselzellen wie in der Bauchspeicheldrüse (Pankreas) das lebenswichtige Insulin produzieren. Dies berichtete die Universität letzten Herbst in einer Mitteilung. Rund ein Jahr blieb der kleine Bio-

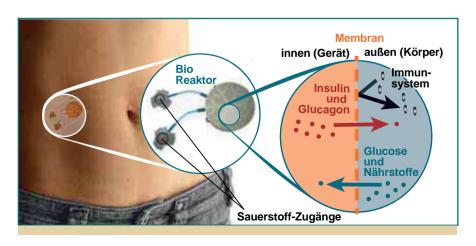
Reaktor in Form einer flachen Dose im Körper des Patienten. Seine Besonderheit: Das künstliche Pankreassystem - entwickelt von einem israelischen Unternehmen - macht anders als bei sonstigen Organ- und Gewebetransplantationen die Immunsuppression überflüssig.

Der Bio-Reaktor schützt die Spenderzellen vor Angriffen des Immunsystems, lässt jedoch umgekehrt das Insulin in den Körper gelangen. Durch eine Membran kann das Insulin aus dem Reaktor freigesetzt werden, die für die Inselzellen gefährlichen Antikörper des Patienten können aber nicht eindringen. Allerdings muss der Patient den Bio-Reaktor täglich mit Sauerstoff betanken, denn auch dieser kann durch die Membran nicht zu den Inselzellen gelangen. Damit also die Inselzellen am Leben bleiben, muss mit einer Spritze in einen

der zwei Sauerstoffzugänge unter der Haut gestochen und Sauerstoff eingespritzt werden. Alternativ wird derzeit an einer Methode geforscht, wo Algen die Sauerstoffproduktion direkt im Bio-Reaktor übernehmen sollen. So könnte man dann sogar auf die Sauerstoffzugänge und das Sauerstoffspritzen verzichten.

SPENDERZELLEN AUCH VOM SCHWEIN MÖGLICH

Prof. Bornstein, Direktor der Medizinischen Klinik und Poliklinik III am Dresdner Uniklinikum, ist überzeugt, dass das neue System die Diabetestherapie zukünftig revolutionieren kann. Denn entfällt die Abwehrreaktion des Körpers, könnten künftig sogar insulinproduzierende Zellen vom Schwein eingesetzt werden. Menschen vertragen Schweineinsu-



lin sehr gut. "Müssen die Empfänger von Spenderzellen nicht mehr lebenslang Immunsuppressiva nehmen und könnte man so das Problem der fehlenden Spenderorgane umgehen, könnten viel mehr Menschen mit Diabetes als bisher von einer Inselzelltransplantation profitieren", so der Dresdner Diabetes-Experte.

Doch serienreif ist dieser Bio-Reaktor noch nicht. Bevor mehr Menschen vom Dresdner Forschungserfolg profitieren können, sind weitere Studien und Entwicklungen notwendig. "Wir schätzen, dass das System in fünf Jahren eine Therapieoption in der Behandlung des Diabetes sein wird", so Professor Bornstein.

REZEPTE AUS DER essBar

Grüne Kraft aus frischen Frühlingskräutern



NÄHRWERTE PRO PORTION CA.:

94,6 kcal/395,81 kJ 0,1 g Eiweiß 10,4 g Fett 0,1 g Kohlenhydrate 0 g Balaststoffe

O BE

THYMIAN-ZITRONEN-BUTTER

Zutaten für 10 Portionen:

125 g weiche Butter 1/2 Bund frischer Thymian 1 unbehandelte Zitrone, 1 Knoblauchzehe Salz, frisch gemahlener Pfeffer

Zubereitung

Die Butter mit dem Handrührgerät schaumig schlagen. Thymian abspülen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken. Zitrone heiß abspülen, trocken tupfen und die Schale fein abreiben, den Saft auspressen. Die Knoblauchzehe schälen und durch eine Knoblauchpresse drücken. Thymian, Zitronenschale und Knoblauch unter die Butter rühren, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Zu einer Rolle formen, in Folie wickeln und kalt stellen.

BUNTER EIERSALAT MIT GEMÜSE



Zutaten für 4 Portionen:

100 g Hüttenkäse (körniger Frischkäse)

100 g Joghurt (0,1 % Fett)

100 g Frischkäse (0.2 % Fett)

50 ml Milch (1.5 % Fett)

1/2 rote Paprikaschote

1/2 Salatgurke

5 hart gekochte Eier

2 Frühlingszwiebeln

1 kleine Dose Mais

1 Knoblauchzehe, 2 TL Worcestersauce

1/2 TL Salz, etwas Pfeffer und Paprikapulver

Zubereitung

Hüttenkäse, Frischkäse, Joghurt und Milch verrühren. Mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver und Worcestersauce abschmecken. Den fein gehackten Knoblauch und die in Ringe geschnittenen Frühlingszwiebeln zugeben. Gurken und Paprika würfeln und unterheben. Den Mais abtropfen lassen und zusammen mit den hart gekochten, grob gewürfelten Eiern einarbeiten. Wer mag, kann den Salat mit Curry oder frischen Kräutern abschmecken. Passt perfekt zu frischem Brot oder als Salat zum Grillen.

NÄHRWERTE PRO PORTION CA.:

164 kcal/686,2 kJ 17,4 g Eiweiß 8,4 g Fett 4,7 g Kohlenhydrate 1.5 g Balaststoffe

ca. 0,5 BE



LAMMFILETS IM KRÄUTERMANTEL



Zutaten für 3 Portionen:

1 Lamm-Rücken mit Knochen ca 1 kg **ODER** 2 Lamm-Rückenfilets á 300 g

1 handvoll grob gehackte Kräuter, wie z. B. Rosmarin, Lavendel, Zitronenthymian, Petersilie, Melisse ... 4 EL Pflanzenöl und etwas Olivenöl etwas Butter, weißer Pfeffer und Salz (Fleur de Sel)

Zubereitung

Lammrücken auslösen und falls nötig, von Fett und Sehnen befreien. Eine dünne (!) Fettschicht auf der Oberseite stehen lassen. Lammfilets in den Kräutern wenden, mit Öl beträufeln und fest in Frischhaltefolie wickeln. Mindestens zwölf Stunden im Kühlschrank durchziehen lassen.

Den Backofen auf 80 °C vorheizen (möglichst keine Umluft). Fleisch aus der Folie wickeln und Kräuter etwas abwischen. In einer schweren, ofenfesten Pfanne Olivenöl heiß werden lassen, die beiden Fleischstücke 2-3 Minuten rundum anbraten, ein Stück Butter dazu geben und die Pfanne in den Ofen stellen. Nach 10 Minuten ist das Fleisch innen noch rosa, nach 15 Minuten überall zartrosa, aber nicht mehr blutig. Die Filets aus dem Ofen nehmen, mit einem scharfen Messer in Scheiben schneiden, mit etwas Pfeffer und Fleur de Sel bestreuen und sofort servieren.

Passt toll zu Spargel, in diesem Fall mit geschmolzener Butter, in der etwas Rosmarin oder Zitronenthymian geschwenkt wurde, oder mit Limettenbutter, oder, oder, oder ...

MEDIQ WÜNSCHT GUTES GELINGEN UND GU-TEN APPETIT.

NÄHRWERTE PRO PORTION CA.:

284 kcal/1188,23 kJ 40,8 g Eiweiß 13,4 g Fett 0 g Kohlenhydrate 0 g Balaststoffe

O BE

Rätseln und Gewinnen

Gewinnen Sie mit Mediq Direkt tolle Preise.

Diesmal setzt sich unser Lösungswort aus 2 Rätseln zusammen: Suchen Sie die nummerierten Buchstaben im Wabenrätsel und in Glukys Wortsalat.

Schreiben Sie die Lösung auf den Coupon auf der Heftrückseite und schicken Sie diesen an unseren Kundenservice in Neumünster.

Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir

2 x zwei Gluky-Tassen





Das Lösungswort der Ausgabe 04/2013 lautete: FROHES FEST **Gewinner:** D. Kämmerer, A. Stiebling, H.-J. Mahler, H. Klink, H. Rutsch

Einsendeschluß ist der 15.07.2014. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

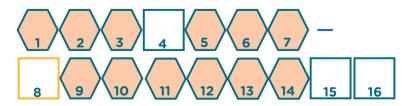
Mitarbeiter von Medig sind von der Teilnahme ausgeschlossen.

Finden Sie die richtigen Lösungen für das Wabenrätsel

- 1. Anständigkeit, Moral
- 2. Reptil
- 3. Wassersportart
- 4. faul, langsam
- 5 Blattsalat
- 6. römischer Redner & Staatsmann
- 7. Name des Storches (Fabel)
- 8. indirekter Nebenfluß der Wolga
- 9. Kurort

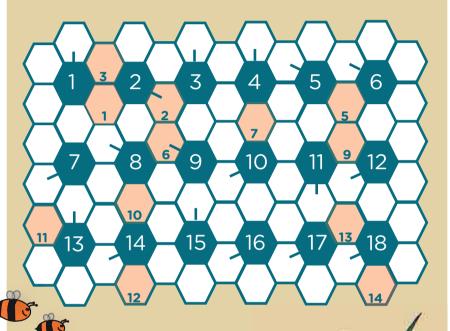
- 10. Früchte
- 11. Weinsorte
- 12. Qual. Plage
- 13. Arzneiverordnung
- 14 Note
- 15. Flugzeugtyp
- 16. Sportler
- 17. Drama von Goethe
- 18. gewöhnlich, regulär

Setzen Sie das Lösungswort aus den markierten und nummerierten Buchstaben aus beiden Rätseln zusammen!



Mediq-Wabenrätsel

In der Bienenbehausung können Sie unterstützen: Die Wabe mit der Linie zeigt den BEGINN DES WORTES. Das Lösungswort ist im Uhrzeiger zu setzen.



Wortsalat mit Gluky

Gluky hat mächtigen Appetit und verschiebt das Osternfasten ins nächste Jahr. Der Buchstabensalat ist zu entwirren - zwei Wörter ergeben ein Spielgerät.





Media Direkt Diabetes GmbH

Bärensteiner Str. 27-29 • 01277 Dresden

Kundenservice

Havelstraße 27 • 24539 Neumünster

Tel. 0800 - 342 73 25 (gebührenfrei)

Fax 0800 - 456 456 4 (gebührenfrei)

info@medigdirekt.de • www.medigdirekt.de

Mediq Direkt Diabetes GmbH = Herausgeber und Redaktion der Kundenzeitschrift update. Keine Haftung bei Satz- und Druckfehlern.

Stand 03/2014

lautet:

8	Bitte schicken Sie mir kostenlos zu:	
	O Kurzübersicht - Produktwelt	O Gluky erklärt Kindern Diab
	Ratgeber Diabetes	O Tagebuch für CT
	Ratgeber Insulinpumpe	Tagebuch für ICT und CSII
	Des Rätsels Lösung von Seite 34/35 Ich möchte an der Verlosung teilnehmen. Meine Lösung zum Rätsel	
	ich mochte an der verlosung teilnei	nmen. Meine Losung zum Ratsei
	Name, Vorname	

Einwilligung in schriftlichen sowie telefonischen oder E-Mail-Kontakt

Ich möchte den Mediq Direkt Info-Service nutzen und regelmäßig über neue Entwicklungen, interessante Produkte für den Diabetes-Alltag sowie Dienstleistungen von Mediq informiert werden. Zu diesem Zweck bin ich mit der Erhebung, Speicherung und Verarbeitung meiner Daten durch die Mediq Direkt Diabetes GmbH einverstanden. Des Weiteren bin ich einverstanden, dass mich Mediq

Geburtstag (TT.MM.JJ)

Direkt dazu ggf. auch telefonisch, meine Rufnummer lautet: 4E 14T

und/oder per E-Mail, meine E-Mail-Adresse lautet:

kontaktiert. Diese Einwilligung kann ich jederzeit ohne Angabe von Gründen widerrufen. Es genügt eine kurze Mitteilung an den Mediq Kundenservice.

4

Datum und Unterschrift

Straße, Hausnummer

PLZ. Ort