

## Was ist Diabetes mellitus?

Diabetes mellitus Typ 2 ist eine chronische Stoffwechselerkrankung, bei der es zu erhöhten Blutzuckerwerten kommt. Sie ist auch als „Zuckerkrankheit“ bekannt. Ursache kann ein Insulinmangel, aber auch eine verminderte Insulinwirkung (Insulinresistenz) sein.

## Folgeerkrankungen

Durch ständig oder immer wiederkehrend hohe Blutzuckerwerte können im Laufe der Zeit Veränderungen an den Blutgefäßen und am Nervensystem entstehen. Sie treten jedoch nicht zwangsläufig auf und können durch eine gute ärztliche Therapie, die Begleitung durch ein kompetentes medizinisches Team, eine intensive Schulung sowie Ihre aktive Mitarbeit weitgehend vermieden werden.

### Welche zusätzlichen Risikofaktoren für Folgeerkrankungen gibt es?

- ... Hoher Blutdruck
- ... Übergewicht
- ... Bewegungsmangel
- ... Erhöhte Blutfette (Cholesterin und Triglyceride)
- ... Rauchen
- ... etc.

### Welche Folgeerkrankungen gibt es?

Sowohl die großen und kleinen Gefäße (Makro- und Mikroangiopathie) als auch das Nervensystem (Neuropathie) können geschädigt werden. Besonders gefährdet sind dabei das Herz, das Gehirn, die Beine, die Augen, die Nieren und die Nerven.



„Therapie Aktiv – Diabetes im Griff“ ist ein Behandlungsprogramm für Menschen mit Diabetes mellitus Typ 2.

Fragen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt danach.

#### Kontakt

office@therapie-aktiv.at  
www.therapie-aktiv.at



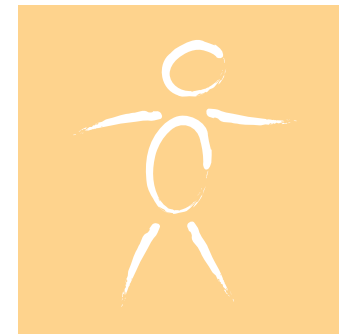
#### IMPRESSUM

Medieninhaber und Herausgeber:  
Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK),  
Wienerbergstraße 15–19, 1100 Wien  
www.gesundheitskasse.at/impressum  
Redaktion: ÖGK Landesstelle Steiermark,  
Josef-Pongratz-Platz 1, 8010 Graz  
Fotos: © Croce & Wir; Fotolia: Antonioguillen, Viacheslav Anyakin, snyfer; Shutterstock: Syda Productions  
Hersteller: VENDO Kommunikation + Druck GmbH | vendo.at  
Druck 2025

## DIABETES IM GRIFF



## Therapie bei Diabetes mellitus Typ 2



# WAS IST „THERAPIE AKTIV – DIABETES IM GRIFF“?

Mit „Therapie Aktiv – Diabetes im Griff“ wurde ein Langzeitbetreuungsprogramm für Menschen mit Diabetes mellitus Typ 2 entwickelt. Es bringt eine intensivere ärztliche Betreuung sowie mehr Wissen über die Krankheit.

## Ihre Vorteile bei Diabetes

Den Schwerpunkt von „Therapie Aktiv“ bildet die individuelle und umfassende Betreuung durch Ihre Ärztin oder Ihren Arzt. Gemeinsam legen Sie sinnvolle und erreichbare Ziele fest. Diese werden bei den regelmäßigen Untersuchungen überprüft, verändert und aktualisiert. Sie haben außerdem die Möglichkeit, an entsprechenden Schulungen teilzunehmen.

Eine gesteigerte Lebensqualität und ein Zugewinn an Lebensjahren sind zu erwarten. Auch krankheitsbedingte Komplikationen werden reduziert.

### GENERELLE ZIELE SIND

- ... Erreichung einer optimalen Blutzuckereinstellung
- ... Vermeidung oder Verzögerung von Folgeschäden
- ... Vermeidung von Nebenwirkungen der Therapie (z. B. Unterzuckerung)
- ... Motivation zur aktiven und eigenverantwortlichen Mitarbeit

## Voraussetzungen zur Teilnahme an „Therapie Aktiv“

- ... Bei Ihnen wurde eindeutig Diabetes mellitus Typ 2 ärztlich festgestellt.
- ... Sie sind bereit, aktiv an Ihrer Therapie mitzuwirken.
- ... Sie unterzeichnen die Teilnahme- und Einwilligungserklärung, die Ihre Ärztin oder Ihr Arzt für Sie bereithält.

## Kontinuierliche Betreuung

Im Programm sind regelmäßige Arztbesuche und die dazugehörige Dokumentation (mindestens ein Mal pro Jahr) vorgesehen. Dies ermöglicht eine langzeitige, an Ihre Bedürfnisse und Symptome angepasste Therapie.



## Diabetes-Schulungen

In den Kursen treffen Sie Menschen, die ebenfalls erhöhte Blutzuckerwerte und somit ähnliche Fragen, Sorgen und Ängste haben. Gleichzeitig lernen Sie unterschiedliche Möglichkeiten kennen, damit umzugehen und sich im Alltag zurechtzufinden.

Nähere Auskünfte zu Schulungsmöglichkeiten erhalten Sie bei Ihrem Sozialversicherungsträger.

„Therapie Aktiv“ bietet außerdem eine Online-Schulung an. Informationen dazu finden Sie auf der Website [www.therapie-aktiv.at](http://www.therapie-aktiv.at).



Werden Sie aktiv und fragen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt nach dem Programm.