

Die psychosozialen Dimensionen bei der Entstehung, dem Verlauf und den Folgen von Diabetes mellitus

Daniela Braun

Ernährungsberaterinnen BSc SVDE

diabetesregionbasel



(2025) Fotografie Team diabetesregionbasel

Was machen wir?



Homepage: <https://www.diabetesbasel.ch>

Was machen wir?



Bildquelle: www.pixabay.com

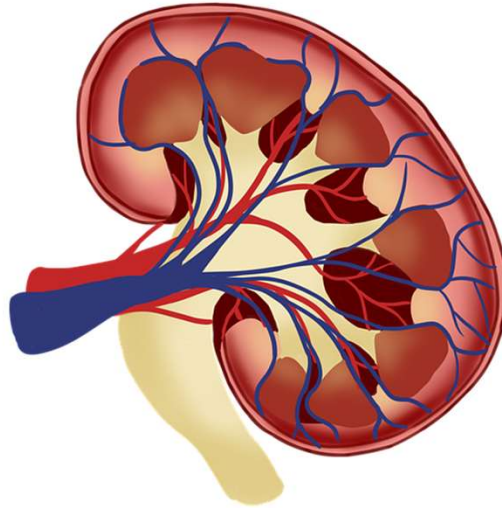
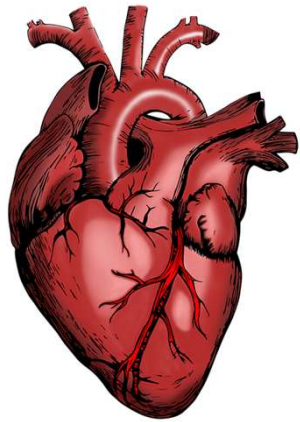
Diabetes mellitus

Eine chronische Erkrankung mit verschiedenen Typen

Herausforderungen im Alltag

- Regelmässige Blutzuckerkontrolle
- Medikamenten Einnahme / Insulin injektion
- Angepasstes Ernährungsverhalten
- Angepasstes Bewegungsverhalten

Häufige Folgeerkrankungen bei dauerhaft zu hohen Blutzuckerwerten



Bildquelle: www.pixabay.com

Psychosoziale Gesundheit und Diabetes mellitus



Bildquelle: www.pixabay.com

Integration von Diabetes mellitus in den Alltag bedeutet

- Emotionale Stabilität
- Soziale Teilhabe/Unterstützung
- Fähigkeit um das notwendige Selbstmanagement dauerhaft umzusetzen



Psychosoziale Dimensionen bei der Entstehung von Diabetes mellitus

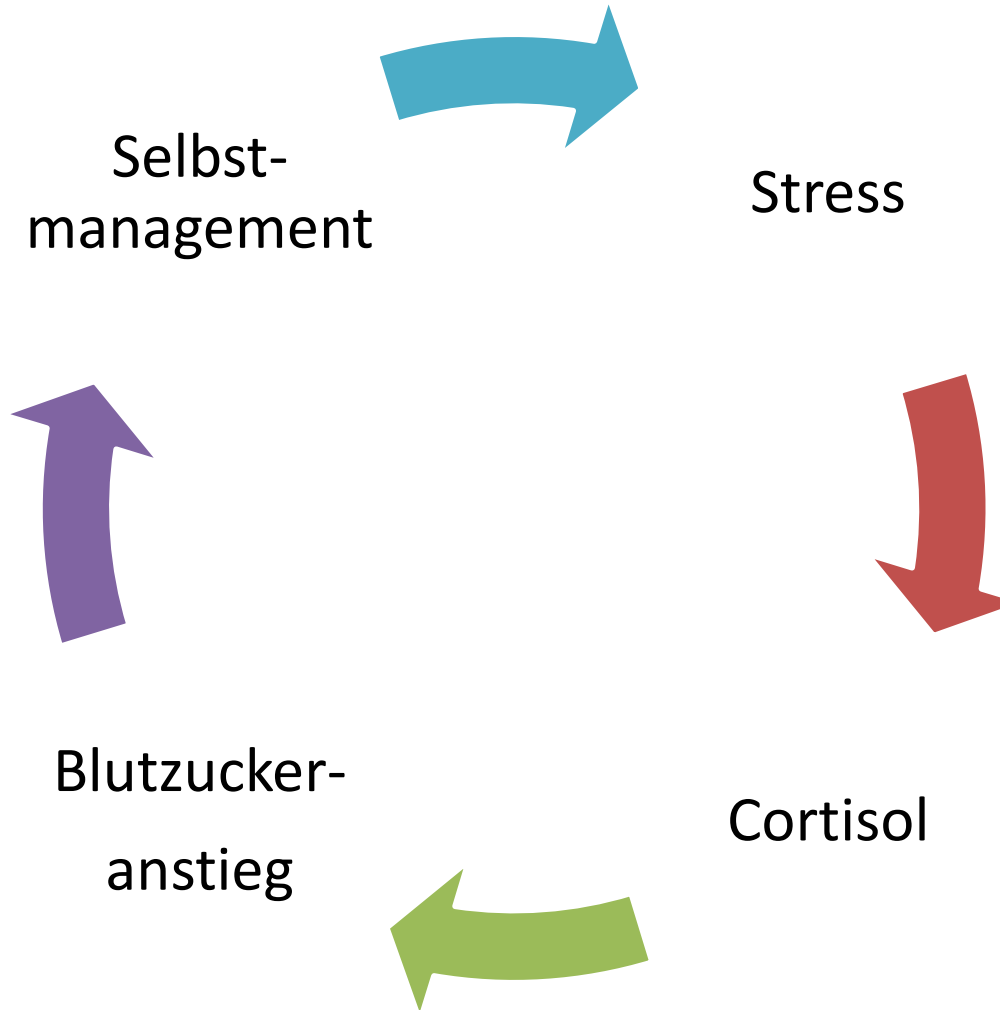
- **Chronischer Stress**
- **Depression**
- Angststörungen und psychische Belastung
- **Niedriger sozioökonomischer Status**
- Soziale Isolation und geringe soziale Unterstützung
- **Ungesunde Bewältigungsstrategie**

Psychosoziale Dimensionen bei der **Entstehung** von Diabetes mellitus



Bildquelle: www.pixabay.com

Zusammenhang Psyche und Stoffwechsel



Psychosoziale Dimensionen im **Verlauf** der Diabeteserkrankung

- Diabetes Distress
 - Überforderung
 - Sorgen um Blutzuckerwerte
 - Ängste vor Therapieaufwand, Folgeerkrankungen, dem täglichen Selbstmanagementaufwand, Unterzuckerungen und Stigmatisierung
 - «Diabetes Distress» ist mit einer schlechteren Therapieadhärenz und höheren HbA1c- Werten verbunden

Psychosoziale Dimensionen im **Verlauf** der Diabeteserkrankung

Krankheitsphase	Psychosoziale Dimension
Diagnosestellung	Schock, Angst, Unsicherheit, Trauer, Anpassungsprobleme
Anpassungsphase	Erlernen des Selbstmanagement, Aufbau von Selbstwirksamkeit, soziale Unterstützung
Langfristiger Verlauf	Diabetes Distress, Therapieermüdung, Alltagsbelastung
Bei Komplikationen	Erhöhtes Risiko für Depression, Angst, verminderte Lebensqualität und soziale Isolation
Lebensübergänge	Erhöhter psychosozialer Anpassungsbedarf und verstärkter Unterstützungsbedarf

Psychosoziale Dimensionen im **Verlauf** der Diabeteserkrankung

- Die ADA empfiehlt Screenings
 - Bei Diagnosestellung
 - Mindestens jährlich
 - Bei Änderungen der Therapie
 - Bei Komplikationen
 - Bei belastenden Lebensereignissen

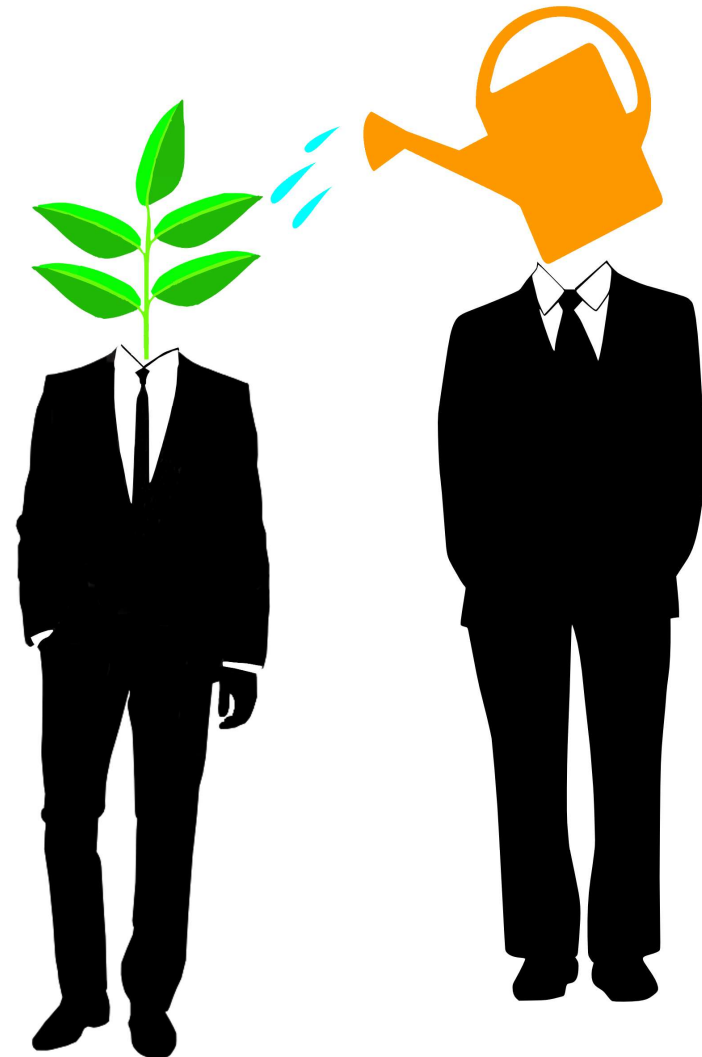
psychologische Unterstützung bei
Bedarf

Abgrenzung Facharzt für psychische Gesundheit

- Selbstversorgung auch nach Aufklärung beeinträchtigt ist
- Depressive Symptome
- Essverhaltensstörung
- Angstzustände
- Verdacht auf schwere psychische Erkrankung
- Nachlassende oder beeinträchtigte Fähigkeiten zur Durchführung von Massnahmen zur Diabetes-Selbstversorgung

Fachpersonen

- Kommunikation
- Beratung
- Motivation schaffen
- Ressourcen stärken
- Interprofessionelle Zusammenarbeit



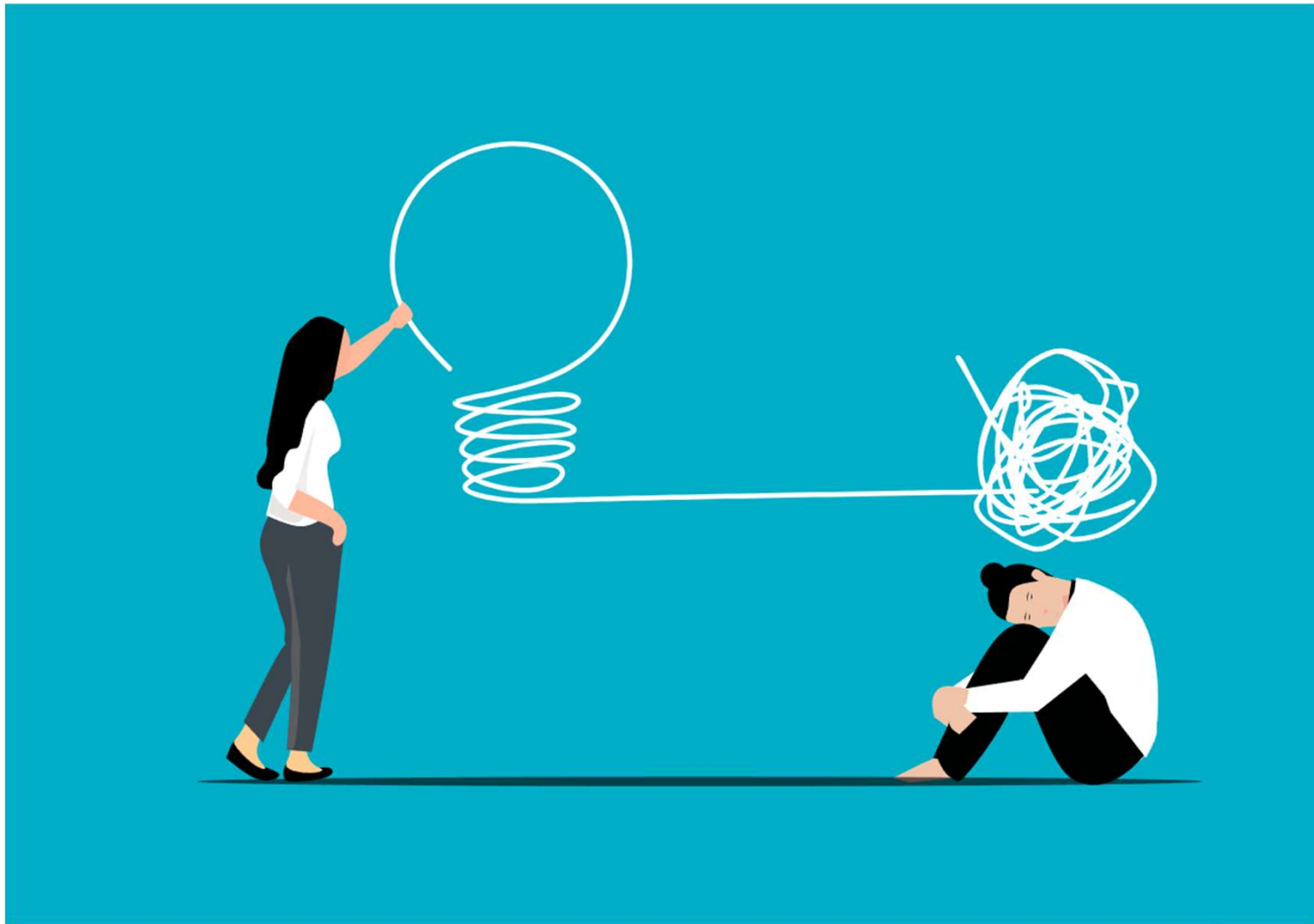
Bildquelle: www.pixabay.com

Psychosoziale Dimensionen und die **Folgen** von Diabetes mellitus



Bildquelle: www.pixabay.com

Alltagsintegration



Bildquelle: www.pixabay.com

Diabetes mellitus

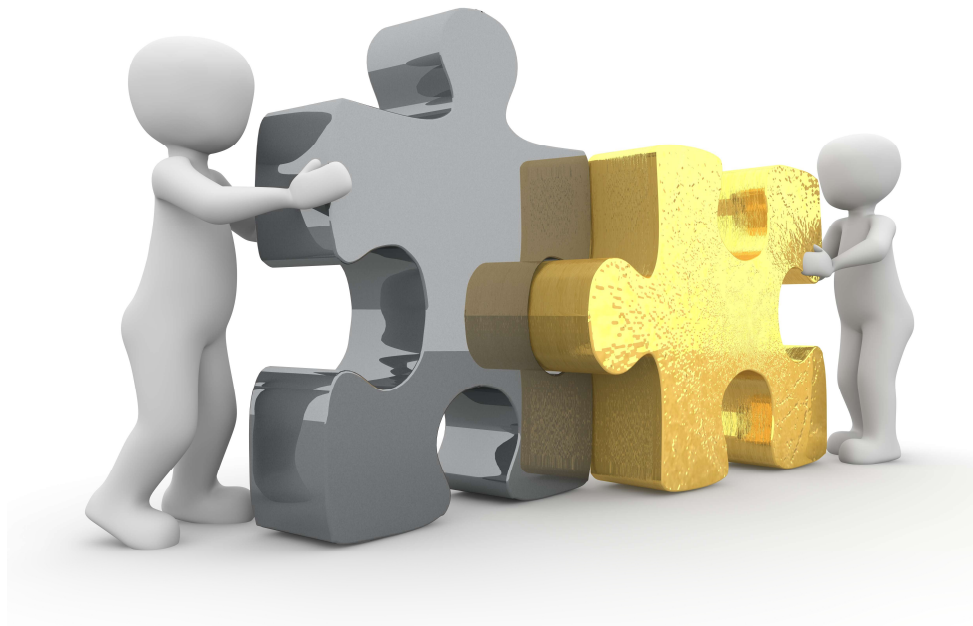
Eine chronische Erkrankung mit verschiedenen Typen

Herausforderungen im Alltag

- Regelmässige Blutzuckerkontrolle
- Medikamenten Einnahme / Insulin injektion
- Angepasstes Ernährungsverhalten
- Angepasstes Bewegungsverhalten

Fazit

Diabetesregionbasel kann als Puzzleteil im interdisziplinären Setting in Basel gesehen werden



Bildquelle: www.pixabay.com

Fragen oder Anregungen?



Bildquelle: www.pixabay.com

Literaturverzeichnis

1. World Health Organization. (2022). *Mental health: Strengthening our response*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
2. Mezuk B, Eaton WW, Albrecht S, Golden SH (2008): *Depression and Type 2 Diabetes Over the Lifespan: A Meta-analysis*.
3. Hackett RA, Steptoe A (2017): *Type 2 diabetes mellitus and psychological stress – a modifiable risk factor*.
4. American Diabetes Association Professional Practice Committee. (2024). 5. *Facilitating positive health behaviors and well-being to improve health outcomes: Standards of care in diabetes—2024*. *Diabetes Care*, 47(Supplement_1), S77–S91. <https://doi.org/10.2337/dc24-S005>
5. American Diabetes Association. (2026). *Standards of Care in Diabetes—2026: Facilitating positive health behaviors and well-being to improve health outcomes*. *Diabetes Care*, 49(Suppl. 1), S89–S123. <https://doi.org/10.2337/dc26-S005>
6. American Diabetes Association. (2023). *Standards of Care in Diabetes—2023: Facilitating positive health behaviors and well-being to improve health outcomes*. *Diabetes Care*, 46(Suppl. 1). <https://doi.org/10.2337/dc23-S005>
7. Young-Hyman, D., de Groot, M., Hill-Briggs, F., Gonzalez, J. S., Hood, K., & Peyrot, M. (2016). Psychosocial care for people with diabetes: A position statement of the American Diabetes Association. *Diabetes Care*, 39(12), 2126–2140. <https://doi.org/10.2337/dc16-2053>