

Diabetesbrief

Ausgabe 58 | Juni 2022

Tschüss Diabetesbrief, hallo digitale Gesundheitswelt!

Seit 20 Jahren informieren wir Sie im Diabetesbrief zu interessanten und spannenden Themen rund um Ihren Diabetes. Doch das gedruckte Format stößt in unseren digitalen Zeiten immer mehr an seine Grenzen. Dies ist daher die letzte Ausgabe des Diabetesbriefs. Es wird Zeit für etwas Neues!

Mit unseren **digitalen Gesundheits-Services** werden wir Sie künftig noch aktueller, interaktiver und nachhaltiger auf dem Laufenden halten:

- **Aktuell:** Online können wir Ihnen Inhalte in Echtzeit zur Verfügung stellen – genau dann, wenn sie wichtig werden.

- **Interaktiv:** Gedruckte Inhalte sind statisch. Unsere digitalen Angebote machen mit ihren Videos, Bilderserien und weiterführenden Links einfach mehr Spaß.
- **Nachhaltig:** Wir reduzieren unseren Papierbedarf und leisten so einen kleinen Beitrag zum Klimaschutz.

Selbstverständlich stehen Ihnen unsere Fachärzte des Gesundheitstelefons oder die Coaches von Thieme TeleCare auch weiterhin **persönlich** mit Rat und Tat zur Seite!

Gerne stellen wir Ihnen auf den folgenden Seiten einige unserer Services für Diabetiker vor. Bestimmt ist auch etwas für Sie dabei – probieren Sie es doch einfach aus!

Gesundheitsprogramm Diabetes

Das **Coachingprogramm der Thieme TeleCare** unterstützt Sie im Umgang mit Ihrem Diabetes. Finden Sie mit Ihrem persönlichen Gesundheitscoach – sowohl telefonisch als auch digital – Wege, um die ärztlich verordneten Therapiemaßnahmen oder Lebensstiländerungen in Ihrem Alltag umzusetzen.

Kontakt

Informationen zu diesem Gesundheitsprogramm erhalten Sie unter **0711 6603-2055** oder schreiben Sie eine E-Mail an **gesundheitsmanagement@hallesche.de**.

Bleiben Sie außerdem mit unserem wöchentlichen Gesundheits-Newsletter auf dem Laufenden. Alle Vorteile finden Sie unter: **www.hallesche.de/gesundheitsportal**



Bezug von Diabeteszubehör

Mit unserem Partner **diabetikerbedarf** wird es für Sie ganz einfach, Ihr Diabeteszubehör zu beschaffen: versandkostenfrei, preisgünstig und in hoher Qualität.

Bestellen Sie bequem online unter **www.diabetiker-bedarf.de**, über die Hotline **0800 802300** oder schreiben Sie eine E-Mail an **info@diabetiker-bedarf.de**.

Gesundheitsportal mit Wissenswertem nicht nur zum Diabetes

Für qualitätsgesicherte medizinische Informationen zum Diabetes und weiteren Krankheitsbildern sind Sie bei unserem **Gesundheitsportal** genau richtig! Es bietet Ihnen vielfältige Inhalte und Funktionen wie beispielsweise:

- Eine fundierte Darstellung des Krankheitsbildes Diabetes
- Fachartikel zur Ernährung bei Diabetes
- Aktuelle Studienergebnisse und neue medizinische Erkenntnisse verständlich aufbereitet
- Tipps zum Alltag mit Diabetes
- Videos rund um Ihre Gesundheit
- Eine Arzt- und Kliniksuche
- Interaktive Inhalte wie Selbsttests und einen BMI-Rechner
- Downloadbereich für Gebührenordnungen, Vollmachten und mehr



Hier geht's direkt zum Diabetes-Special im Gesundheitsportal.

Diabetes und Corona – das sollten Sie beachten

Menschen mit Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes können unter Umständen stärker von einer Covid-19-Infektion betroffen sein. Doch nicht alle Diabetiker sind gleichermaßen gefährdet. Die gute Nachricht zuerst: Diabetespatienten ohne weitere chronische Begleiterkrankungen, deren Blutzucker gut eingestellt ist, haben im Vergleich zu Gesunden kein erhöhtes Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf.

Risikofaktoren für einen schweren Verlauf

Typ-2-Diabetiker leiden häufiger an Bluthochdruck, Herz-Kreislauf- und Nierenerkrankungen sowie an starkem Übergewicht als Stoffwechselgesunde. Gerade dadurch sind sie bei einer Covid-19-Infektion stärker gefährdet. Ein höheres Alter und eine schlechte Blutzuckereinstellung sind weitere Risikofaktoren. So haben klinische Studien gezeigt, dass Diabetiker

mit normalen oder leicht erhöhten Blutglukosewerten ein viel geringeres Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf haben.

Was bedeutet das für mich als Diabetiker?

- **Gesund leben:** Ernähren Sie sich ausgewogen und bewegen Sie sich regelmäßig an der frischen Luft. Damit stärken Sie Ihr Immunsystem.
- **Vorsichtig bleiben:** Am besten ist es, sich erst gar nicht mit dem Virus anzustecken. Achten Sie daher weiterhin auf die bekannten Hygienemaßnahmen.
- **Impfen lassen:** Die Impfung gegen Corona ist nach wie vor die wichtigste Schutzmaßnahme. Nutzen Sie auch die Auffrischungsimpfungen gegen Covid-19 gemäß den Empfehlungen der STIKO.
- **Ärztliche Behandlung fortführen:** Nehmen Sie Untersuchungstermine – gerade im Hinblick auf eine optimale Blutzuckereinstellung – unbedingt weiterhin wahr.

Früherkennung nach wie vor wichtig

Viele Menschen versuchen seit Beginn der Pandemie, weniger zum Arzt zu gehen. Das kann sich nachteilig auswirken, denn überhöhte Blutglukosewerte sind auch bei Menschen ohne eine zuvor bekannte Diabeteserkrankung ein nicht zu unterschätzender Risikofaktor für schwere Verläufe einer Covid-19-Erkrankung. Die Früherkennung eines Diabetes-Typ-2 ist daher gerade jetzt wichtig.



Weitere Mehrwerte für Ihre Gesundheit

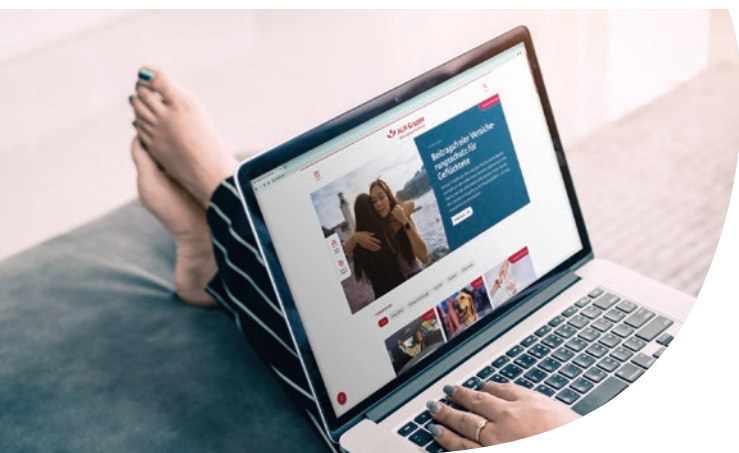
Wir möchten für Sie mehr sein als nur eine Krankenversicherung. Als **GesundheitsPartner** sind wir zuverlässig und kompetent in allen Lebenslagen an Ihrer Seite.

Was gibt es Neues?

Das sagt Ihnen unser Kundenblog

Gesundheit ist das Wichtigste im Leben. Deshalb lohnt es sich, sich damit intensiver zu befassen. Genau das tun wir auch in unserem **Kundenblog** – ganzheitlich, präventiv und optimistisch.

Schauen Sie doch mal rein unter **blog.alh.de** und entdecken Sie spannende Beiträge, Interviews, Tipps & Hilfestellungen und vieles mehr. Lesen Sie beispielsweise, wie Früherkennungs- und Vorsorgeuntersuchungen Leben retten können oder erfahren Sie mehr über Ihren optimalen Flüssigkeitshaushalt. Interesse geweckt? Wir freuen uns auf Sie!



Impressum

Herausgeber

Hallesche Krankenversicherung
auf Gegenseitigkeit, 70166 Stuttgart
ALH Gruppe
www.hallesche.de · blog.alh.de

E-Mail

gesundheitsmanagement@hallesche.de

Autoren

Dr. Rainer Hakimi (Leitender Gesellschafts-
arzt), Sandra Dangelmayr (Leitung Gesundheits-
management), Anett Schoen (Gesundheits-
management), Sonja Schubert (Service- und
Gesundheitsmanagement), Matthias Börner
(Hallesche4u)

Gesamtkoordination

Bereich Marketing

Wir sind Ihr GesundheitsPartner.
Mehr als eine Krankenversicherung.



Jetzt Video
ansehen!

Die Hallesche für Ihre Hosentasche: Kunden-App Hallesche4u

Sie haben Ihr Mobiltelefon immer mit dabei? Dann laden Sie sich einfach die App Hallesche4u herunter und nutzen Sie auch unterwegs folgende Services:

- Einreichen von Rechnungen und Belegen dank Foto- und Upload-Funktion
- Digitale Leistungsabrechnungen
- Diverse Services wie beispielsweise Symptomchecker und ärztliche Videotelefonie
- Regelmäßige medizinische Informationen zu Gesundheitsthemen von unabhängigen Experten
- Direkter Kontakt zur Hallesche bei Fragen



QR-Code für iOS



QR-Code für Android

Gestaltung

NetsDirekt GmbH, Stuttgart

Druck

Druckerei Offset Friedrich GmbH & Co. KG

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit haben wir im Diabetesbrief die männliche Form gewählt. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.