



# Transition ...

DER WECHSEL VOM KINDERSPITAL  
IN DIE ERWACHSENENBETREUUNG

INFORMATION FÜR JUGENDLICHE  
MIT DIABETES MELLITUS

# Der Wechsel steht bevor

## Du naherst Dich ...

dem Ende Deiner Schulzeit und wirst schon bald erwachsen. In der Regel werden Jugendliche mit Diabetes mellitus Typ 1 (DM) zwischen 18 und 24 Jahren auf den Weg zu einer medizinischen Weiterbetreuung zu einem Diabetologen (Spezialist für Zuckerkrankheit) für Erwachsene begleitet. Deine Betreuung und Behandlung wird dann von einem Team übernommen, das auf Erwachsene mit DM spezialisiert ist.

Arzt- und Spitalwechsel sind immer einschneidende Veränderungen und können nicht von heute auf morgen geschehen. Du hast bei uns genügend Zeit, Dich darauf vorzubereiten und zusammen mit Deinen Eltern und dem Behandlungsteam den Zeitpunkt und den Ort des Wechsels zu besprechen, denn eine gute Weiterbehandlung ohne Unterbruch ist uns ein grosses Anliegen.

In diesem Flyer findest Du Antworten auf häufig gestellte Fragen. Du kannst Dich auch auf den angegebenen Seiten im Internet selber informieren oder andere Patientinnen und Patienten mit DM fragen. Auf der Homepage der Ostschweizer Diabetesgesellschaft findest Du Kontaktmöglichkeiten zu anderen Erwachsenen mit DM und eine Liste der Anlässe und Workshops in Deiner Umgebung.

Auch wir vom Kinderspital sind immer gerne bereit, Dir Deine Fragen oder Unklarheiten zu beantworten.

In der Schweiz gibt es Fachleute in Spitälern sowie Ärztinnen und Ärzte in freier Praxis, die auf die Behandlung von Erwachsenen mit DM spezialisiert sind. Für Deine Weiterbetreuung kannst Du unter diesen wählen.



## Wie sieht der erste Kontrolltermin aus?

Du entscheidest, ob Deine Eltern Dich beim ersten Termin begleiten. Wir empfehlen einen gemeinsamen Termin, damit das neue Team auch Deine Eltern kennen lernen kann.

## Was hilft Dir, schnell mit dem neuen Behandlungsteam vertraut zu werden?

Für das neue Team ist es wichtig, dass Du selber erzählen kannst, wie es Dir seit der letzten Kontrolle ergangen ist, welche Behandlung (Basis/Bolus, FIT, Insulinpumpe) und Sportarten Du machst, wie Du Dich ernährst, wie Deine Insuline heissen und wie Dein Therapieschema aussieht.

## Was wird gleich sein wie im Kinderspital?

Im Normalfall finden die Kontrollen alle drei Monate statt. Der Zeitaufwand für die (Jahres-)Kontrollen und verschiedenen Untersuchungen wie Längen- und Gewichtsmessung und Blutentnahmen für HbA1c werden gleich bleiben. Eine Diabetesberaterin oder Ernährungsberaterin wird nach Bedarf oder auf Deinen Wunsch zugezogen.

## Was wird anders sein als im Kinderspital?

Grundsätzlich ändert sich nichts ausser dem spezifischen Angebot in den verschiedenen Behandlungszentren und -praxen.

Im Kantonsspital St. Gallen ist der Ablauf der Sprechstunden mit unserem Vorgehen gut abgestimmt und sehr ähnlich. Eine Ernährungsberaterin sowie eine Diabetesberaterin stehen im Rahmen der Sprechstunde nach Absprache zur Verfügung. Für Fragen an die Sozialberatung musst Du Dich selber aktiv melden. Ein Psychologe kann bei Bedarf hinzugezogen werden.

Entscheidest Du Dich für einen Diabetologen in freier Praxis, hast Du den Vorteil eines kleineren Teams. Dafür wirst Du bei Bedarf an eine Ernährungsberaterin oder Diabetesberaterin usw. extern verwiesen werden.

An beiden Orten wirst Du gut betreut. Da Du ja nun zu den «Älteren» zählst, erwartet man von Dir hinsichtlich Terminorganisation und den Behandlungen mehr Eigenverantwortung.

## Informationen über DM im Internet

**[www.diabetesschweiz.ch](http://www.diabetesschweiz.ch)**

Schweizerische Diabetes-Gesellschaft

**[www.diabetesostschweiz.ch](http://www.diabetesostschweiz.ch)**

Ostschweizerische Diabetesgesellschaft  
(ODG)

**[www.diabetes-kids.de](http://www.diabetes-kids.de)**

Kinder-Diabetes Forum Deutschland

**[www.idf.org](http://www.idf.org)**

Internationale Diabetes Vereinigung (in  
Englisch)

## Interessante Links für Jugendliche und junge Erwachsene

**[www.tschau.ch](http://www.tschau.ch)**

e-Beratung und Jugendinformationen

**[www.tipp.stadt.sg.ch](http://www.tipp.stadt.sg.ch)**

1001 Links zu allen Jugendthemen des Ju-  
gendsekretariats der Stadt St. Gallen

**[www.tink.ch](http://www.tink.ch)**

Internetplattform für Jugendliche zu Sport,  
Kultur, Gesellschaft und Politik

**[www.berufsberatung.ch](http://www.berufsberatung.ch)**

e-Berufsberatung des SDBB

**[www.budgetberatung.ch](http://www.budgetberatung.ch)**

e-Budgetberatung der schweizerischen Dach-  
organisation von rund 35 Beratungsstellen

**[www.feelok.ch](http://www.feelok.ch)**

Informationen über Alkohol, Drogen, Stress  
und Liebe von der Gesundheitsstiftung  
RADIX in Zusammenarbeit mit dem Institut für  
Sozial- und Präventivmedizin der Universität  
Zürich

## INFORMATIONEN

Dr. med. Tiziana Gozzi Graf

Leitende Ärztin Diabetologie

[tiziana.gozzi@kispisg.ch](mailto:tiziana.gozzi@kispisg.ch)

## Ostschweizer Kinderspital

Claudiusstrasse 6 | CH-9006 St. Gallen | T +41 (0)71 243 71 11 | [kispisg.ch](http://kispisg.ch)