



Das Diabetes Riding Camp

K. F. Schettler, C. Oberhauser
Diabetologie, Kinderkrankenhaus St. Marien, Landshut

Einleitung

Die Kombination von Erlebnisausflügen und Schulungsinhalten wird in der Kinderdiabetologie bereits mit Erfolg genutzt. Gerade die Pubertät ist oft eine schwierige Zeit im Leben eines Typ 1 Diabeteskindes und ist meist mit einer Zeit der schlechteren Blutzuckerkontrolle verbunden. Es ist daher gerade für diese Altersgruppe sinnvoll, neben Schulungsinhalten auch charakterfördernd und pädagogisch einzugreifen, um ein besseres Empowerment und damit eine bessere Blutzuckereinstellung in dieser Zeit zu erreichen. Die Idee war, sich hierfür eines ganz besonderen Tieres zu bedienen: dem Pferd. Als Pilotprojekt wurde daher im April 2013 ein erstes Diabetes Riding Camp durchgeführt.

Methodik

9 Teenager (7 Mädchen und 2 Jungen) mit Diabetes Typ I führen mit einem Diabetologen, einer Diabetesberaterin und einer diabetologisch erfahrenen Krankenschwester für eine Woche auf einen Reiterhof. Jedem Teilnehmer wird sein eigenes Pferd zugeteilt, für das er persönlich Verantwortung übernehmen muss. Dies betrifft z.B. füttern, ausmisten, putzen usw. Durch die persönliche Zuordnung eines eigenen Pferdes wurde nicht nur das Übernehmen von Verantwortung gefördert, sondern auch die Möglichkeit geschaffen, eine eigene persönliche Beziehung zu seinem Pferd aufzubauen. Täglich fanden zweimalig Reitstunden statt und Schulungen zum Thema Diabetes und Pferde. Neben der Dokumentation aller Blutzuckerwerte und der praxisnahen Beratung bzgl. Insulinanpassung, fanden regelmäßige Schulungen zu den Themen Diabetes und Pferde statt. Die Teilnehmer wurden mittels Fragebögen vor, direkt nach und 2 Monate nach dem Camp befragt.

Pferde werden bereits heilpädagogisch und in der Charakterförderung eingesetzt

Verantwortung übernehmen

sich selbst reflektieren lassen

Pferden ist es egal ob man Diabetes hat

Kraft aus Erfolgserlebnissen

man fühlt sich nicht als wäre man bei einem Arzt oder in der Klinik

Die Gruppe unterstützte die Aktion „Diabetes Stoppen jetzt!“



HbA1c-Werte von Teilnehmern

Apr 2013

Juni 2013

8,2

7,7

9,2

6,5

9,1

8,9

5,9

6,8

7,5

7,8

„Besonders toll fand ich, meinen Arzt einmal anders kennen zu lernen. Es ist jetzt ein völlig anderes Vertrauensverhältnis“



Was wirklich zwischen den Kids und ihrem Pferd passiert, kann man nur schwer in Worte fassen...



„Es war alles ungezwungener als in der Klinik und daher konnte ich viel leichter von mir erzählen“



Ergebnis

Während des Diabetes Riding Camps ergaben sich aufgrund der vermehrten körperlichen Betätigung massiv reduzierte BE-Faktoren. Diese waren im Durchschnitt nur 50% des vorherigen Bedarfs. Kinder mit zuvor schlechten HbA1c-Werten zeigten in den ersten Kontrollen nach dem Camp eher bessere HbA1c-Werte. Kinder mit zuvor guten HbA1c-Werten eher einen Gleichstand bis eine leichte Verschlechterung. Wir führen dies auf die vermehrten Blutzuckerschwankungen im Rahmen der körperlichen Betätigung zurück. Die Fragebögen ergaben wenig Änderung in der Selbsteinschätzung bezüglich des eigenen Wissens rund um Diabetes, allerdings zeigte sich insbesondere bei Kindern die vorher ein Problem der Akzeptanz ihrer Diagnose hatten, eine deutliche Besserung. Insbesondere ein Mädchen, welches zuvor den schlechtesten Wert bzgl. der Akzeptanz angab und eigentlich von den Eltern zum Camp gedrängt wurde, berichtete nach dem Camp von einer völlig neuen Einstellung zu ihrem Diabetes und berichtet, das Camp sei für sie ein völliger „Neustart“ gewesen.

Schlussfolgerung und Ausblick

Das Diabetes Riding Camp bietet eine wichtige Ergänzung zu klassischen Diabeteschulungen, da es persönlichkeitsstärkend auf Kinder in der Pubertät wirken kann und insbesondere bei zuvor schlechter Blutzuckereinstellung und bestehenden psychologischen Belastungsfaktoren eine deutliche Verbesserung der Gesamtsituation des Patienten erreichen kann. Das Diabetes Riding Camp hat das Potential präventiv auf in der Pubertät eintretende Probleme einzuwirken. Derzeit sind die Erfahrungen noch auf zu wenig Patienten beschränkt und daher werden sich erst in Zukunft das volle Potential und die langfristigen Auswirkungen auf die Patienten beurteilen lassen. Das nächste Diabetes Riding Camp findet im August 2014 statt. Es soll in Zukunft regelmäßig veranstaltet und weitere Daten erhoben werden.