



Pädiatrisch–Endokrinologisches Zentrum Zürich

An die Lehrerinnen und Lehrer
von Kindern und Jugendlichen
mit einem Diabetes mellitus Typ I

Zürich, den 01. Juli 2013

Typ I Diabetes und Schule

Sehr geehrte Lehrerschaft

Sie betreuen ein Kind mit Typ I Diabetes. Es ist eindrücklich, wie unterschiedlich die einzelnen Lehrerinnen und Lehrer dieser Situation begegnen. Im Prinzip geht es nur darum, auch dieses Kind, wie alle anderen auch, bestmöglich und unter Kenntnis und Berücksichtigung seiner spezifischen Fähigkeiten und Bedürfnisse in den Schulalltag zu integrieren und voranzubringen. Was ist der Typ I Diabetes, was heisst das für den Alltag des Kindes und worauf gilt es zu achten? Antworten auf diese Fragen finden Sie in verschiedensten Merkblättern und Broschüren; Sie finden solche zum Beispiel auf der Homepage www.swissdiabeteskids.ch. Am Besten nehmen Sie sich Zeit, mit den Eltern und dem Kind den Diabetes zu besprechen und gemeinsam zu überlegen, wie dieser am besten in die Schule integriert werden kann und wie der Diabetes zum Beispiel den anderen Mitschülerin und Mitschülern erklärt werden kann; oft hilft auch ein Telefongespräch mit dem betreuenden Diabetologen, um offene Fragen zu klären.

Kinder und Jugendliche mit Diabetes können manchmal Blutzuckerschwankungen haben, auch wenn sie den Diabetes im Allgemeinen sehr gut im Griff haben. Es ist zweifelsfrei, dass die geistige Leistungsfähigkeit bei einem zu tiefen Blutzucker (Hypoglycämie) deutlich eingeschränkt ist. Auch bei erhöhten Blutzuckerwerten ist es möglich, dass der Schüler oder die Schülerin nicht die gleiche Leistungsfähigkeit hat, wie wenn der Blutzucker im Normbereich zwischen 4 bis 8 mmol/l ist. Kinder und Jugendliche mit Diabetes haben also eine zusätzliche Aufgabe zu erfüllen, sie müssen nämlich ihren Blutzucker, wenn immer möglich im Normbereich einstellen; nur so können sie ihre wirkliche Leistungsfähigkeit abrufen. Für eine faire Beurteilung muss also vor jeder Prüfung der Blutzucker gemessen und dokumentiert werden, so wie das vom Autofahrer bevor er losfährt auch verlangt wird. Folgende Regeln haben sich bewährt:

- Unmittelbar oder noch besser etwa 30 Minuten vor jeder Prüfung (auch vor unvorbereiteten Prüfungen) muss der Blutzucker gemessen werden und zum Beispiel, wenn Sie dies wünschen, auf das Prüfungsblatt geschrieben werden. Sie können sich den Messwert auf dem Blutzuckergerät auch zeigen lassen. Das Blutzuckergerät ist nicht manipulierbar und die Werte können somit nicht verfälscht werden.

Prof. Dr. med. Urs Eiholzer
Leiter
Facharzt FMH für Kinder-
und Jugendmedizin
spez. Wachstum,
Hormonstörungen und Diabetes
Psychosomatische Medizin APPM

Wachstum
Pubertät
Hormonstörungen
Diabetes
Sportmedizin
Ernährung
Psychologische Beratung
Psychotherapie

Dr. med. Udo Meinhardt
Facharzt FMH für Kinder-
und Jugendmedizin
spez. Wachstum,
Hormonstörungen und Diabetes
Sportmedizin SGSM

Dr. phil. Jürgen Grieser
Fachpsychologe
für Psychotherapie FSP

Renato Petrò
eidg. dipl. Turn- und Sportlehrer
ETH

Möhlstrasse 69
CH-8006 Zürich
Tel. +41 44 364 37 00
Fax +41 44 364 37 01
Email: mail@pezz.ch
www.pezz.ch



- Bei einem Blutzucker zwischen 5 und 10 mmol/l ist alles in Ordnung – los geht's!
- Bei einem Blutzucker unter 5 empfehlen wir 5 bis 10 g Traubenzucker zu essen/trinken. Bei einer Hypoglycämie oder bei einem Blutzucker unter 4 mmol/l, darf keine Prüfung geschrieben werden. Dies ist gleichbedeutend, wie wenn das Kind krank ist und deswegen die Prüfung nicht schreiben kann. Wenn die Hypoglycämie 30 Min vor Prüfungsbeginn erkannt und korrigiert werden konnte, sollte es möglich sein, die Prüfung zu schreiben; unmittelbar vor der Prüfung soll dann noch einmal ein Blutzucker gemessen werden.
- Hohe Blutzuckerwerte sind schwieriger einzuschätzen und zu korrigieren. Es dauert auch wesentlich länger, bis der Körper auf eine Korrektur nach unten (Blutzuckersenkung durch Insulinzugabe) reagiert. In der Regel ist die Leistungsfähigkeit nicht signifikant eingeschränkt, wenn der Blutzucker nur leicht erhöht ist (8 bis 15 mmol/l). Bei Werten über 15 mmol/l wäre es aber aus medizinischen Gründen richtig, die Prüfung wiederholen zu lassen, so wie wenn das Kind krank gewesen wäre. Eine Ausnahme kann sein, wenn der Blutzucker durch Angst und Nervosität über 15 mmol/l ansteigt; wenn der Blutzucker noch vor 30 bis 60 Minuten gut war und in dieser Zeit nichts gegessen wurde, dann handelt es sich wahrscheinlich um eine Stressreaktion und die Prüfung kann trotzdem geschrieben werden.
- Neben Sport und Bewegung kann auch Intensive geistige Arbeit den Blutzucker abfallen lassen. Es ist also richtig, dass auch während einer längeren Prüfung, wenn sie zum Beispiel mehr als 30 Minuten dauert, der Blutzucker kontrolliert wird. Fällt der Wert unter 4 bis 5 mmol/l, muss dem Schüler erlaubt werden, etwas zu essen /zu trinken. Falls während einer Prüfung eine Hypoglycämie auftritt, darf die Prüfung NICHT gewertet werden. Steigt der Blutzucker während der Prüfung auf über 15 mmol/l an, würden wir dies im Rahmen einer normalen Stressreaktion beurteilen und daraus keine Konsequenzen ziehen.

Für eine gute Krankheitsverarbeitung und normale psychosoziale Entwicklung auch mit Diabetes ist es sehr wichtig, dass der Diabetes im Griff ist und auch in den Schulalltag gut integriert werden kann. Unsere Erfahrung ist ganz klar, dass Kinder und Jugendliche Ihren Diabetes nicht missbrauchen, im Gegenteil, sie sagen in der Regel zu zögerlich, dass der Diabetes Probleme macht oder gewisse Handlungen (Blutzucker messen oder eine Unterzuckerung behandeln) verlangt. Das heisst auch, dass in aller Regel der Diabetes nicht missbraucht wird, um zum Beispiel ein schlechtes Prüfungsergebnis zu entschuldigen. Wir sind Ihnen sehr dankbar, wenn Sie mit der Familie und dem Kind/dem Jugendlichen mit Diabetes das Gespräch suchen und „Abmachungen“ diskutieren.

Mit freundlichen Grüßen

Mit bestem Dank und freundlichen Grüßen

Dr. med. U. Meinhardt