

Inhalt

1. Einleitung	6
2. Psychologische Aspekte von CGM	6
2.1 Selbstmanagement/Empowerment	7
2.2 Partizipative Entscheidungsfindung	10
2.3 Selbstwirksamkeit	11
2.4 Ambiguitäts-Toleranz	11
2.5 Erwartungsmanagement	12
2.6 Motivation	13
2.7 Lebensqualität	14
2.8 Diabetesbezogene Belastungen	15
2.9 Soziale Unterstützung	16
2.10 Soziale Teilhabe	17
3. Barrieren gegenüber CGM im klinischen Alltag	18
3.1 Unrealistische Erwartungen	18
3.2 Sichtbarkeit	19
3.3 Beeinträchtigt Körpergefühl	20
3.4 Hautreaktionen	20
3.5 Vertrauen in die Messwerte des Sensors	21
3.6 Alarm-Fatigue	22
3.7 Überforderung	23
3.8 Mangelnde Kenntnisse und Fähigkeiten	23
3.9 Übermäßige Beschäftigung mit Diabetes	24
3.10 Zwanghafter Umgang	25
3.11 Transparenz gegenüber anderen	26
3.12 Überwachung	27
3.13 Mangelndes Nutzen der Glukosedaten	28
4. Motivierende Gespräche	29
4.1 Wertschätzung, Empathie	29
4.2 Offene Fragen stellen	30
4.3 Aktives Zuhören	31
4.4 Stärken und Erfolge würdigen	32
4.5 Bereitschaft zur Veränderung klären	33
4.6 Zuversicht stärken („Confidence Talk“)	34
4.7 Selbstverpflichtung unterstützen („Commitment Talk“)	35
4.8 Smarte Ziele	35
4.9 Gespräch abschließend zusammenfassen	36

5. Fallbeispiele.....	37
Kasuistik 1 – Irene: „Unrealistische Erwartungen“	38
Kasuistik 2 – Jonas: „Sichtbarkeit von Technologie und Diabetes“	42
Kasuistik 3 – Simone: „Beeinträchtigt Körpergefühl“	46
Kasuistik 4 – Lukas: „Alarm-Fatigue“	50
Kasuistik 5 – Lisa: „Überforderung durch Daten und Trends“	54
Kasuistik 6 – Andrea: „Ständige Beschäftigung mit Diabetes“	58
Kasuistik 7 – Laura: „Gestörtes Körpergefühl“	62
Kasuistik 8 – Samuel: „Transparenz gegenüber anderen“	66
Kasuistik 9 – Stefanie: „Überwachung durch Eltern“	70
Kasuistik 10 – Winfried: „Kaum Reaktionen auf CGM-Daten“	74
Kasuistik 11 – Benedikt: „Leugnung von CGM-Daten und Problemen“	78
Kasuistik 12 – Tim: „Kaum Interesse an Daten“	81
Kasuistik 13 – Maria: „Depression und CGM“	85
Kasuistik 14 – Knut: „Zwangsstörung und CGM“	89
Kasuistik 15 – Johanna: „Essstörung und CGM“	93
Kasuistik 16 – Peter: „Lebensstilmodifikation und CGM“	97
Kasuistik 17 – Patrizia: „Hypoglykämieangst bei cystischer Fibrose und Diabetes (CFRD)“	100
6. Literatur	103