



FORSCHUNGSGRUPPE FUNKTIONELLE REHABILITATION UND GRUPPENSCHULUNG - Wien e.V.

Univ.-Prof. Dr. med. K. Howorka, Dr. med. J. Pumplra
E. Pernecky DGKS

www.diabetesFIT.org



SCHULUNGSPROGRAMM /TW LEHRVERANSTALTUNGEN WINTERSEMESTER 2014/15

1. Version - Änderungen vorbehalten. Version 17.07.2014

(p:\KINGAFIT\VERANST\Paletten\ProWs14-15.doc)

● **FIT-UPDATE:** Neuigkeiten in der funktionellen Insulinbehandlung/Behandlung von Spätkomplikationen

Zeit: 22 und 23.11.2014 (Samstag-Sonntag; 10:00 - 19:00)

Ort: Beginn: Ebene 7 HS4, Hörsaalzentrum d. Neuen AKH und Schwerpunktpraxen, u.a. von Prof. Howorka

Zielgruppe: Geschulte Typ I Diabetiker bereits mit intensiverer oder funktioneller Insulinbehandlung, zumindest alle zwei Jahre

Patientenkostenbeitrag: Kein Beitrag nur bei Kostenübernahme z.B. durch das Programm **Diabetes aktiv**, sonst € 80

● **TYP-2-DIABETES UPDATE:** Neuigkeiten in der Behandlung von Typ-2-Diabetes und metabolischem Syndrom

Zeit: wahrscheinlich 16.11.2014 (Sonntag; 13:30 – 20:00) und nach Übereinkunft

Ort: Beginn im Kursraum 22, Ebene 8, Hörsaalzentrum d. Neuen AKH, und Schwerpunktpraxen, u.a. von Prof. Howorka

Zielgruppe: Geschulte Typ II Diabetiker, eventuell Neueinsteiger, zumindest alle 2 Jahre zu empfehlen

Patientenkostenbeitrag: Kein Beitrag nur bei Kostenübernahme z.B. durch das Programm **Diabetes aktiv**, sonst € 40

● **TYP II BASISSCHULUNG FÜR INSULINPFLICHTIGE:** Insulin-Basics

Ort: Beginn im Hörsaalzentrum d. Neuen AKH, **Kursraum 11 Ebene7** und Schwerpunktpraxen, nähere Angaben nach Anmeldung

Zeit: meist Teil der FIT Schulung, s. dort (erste 2 Unterrichtstage, dh. 12 Std.) 14:00-20:00, und nach Übereinkunft

Zielgruppe: Typ II Diabetiker, und Angehörige, Insulinbeginn möglich

Patientenkostenbeitrag: Kein Beitrag nur bei Kostenübernahme z.B. durch das Programm **Diabetes aktiv**

● **TYP II BASISSCHULUNG FÜR PATIENTEN MIT ORALEN ANTIDIABETIKA:** Diabetes und „metabolisches Syndrom“

Ort: Beginn im Hörsaalzentrum d. Neuen AKH, **Kursraum 11 Ebene7** und Schwerpunktpraxis, nähere Angaben nach Anmeldung

Zeit: Die ersten 6 Stunden des Slim'n Fit Programms, s. dort, also 2 Unterrichtsabende 16:30-19:15 mittwochs

Zielgruppe: Typ II Diabetiker, und Angehörige, Therapieanpassung möglich

Patientenkostenbeitrag: Kein Beitrag nur bei Kostenübernahme z.B. durch das Programm **Diabetes aktiv**

● **FIT-PROGRAMM MIT VORBEREITUNG UND FESTIGUNG:** Flexibel und nahe-normoglykämisch

Spektrum: Einleitung von funktionellen Insulintherapie FIT nach eingehenden Vorbereitung mit Ausarbeiten der individuellen Therapieziele. Wie viel Insulin brauche ich für 1 BE? Wie kann ich meinen Blutzucker gezielt senken? Wie viel (und welches) Insulin brauche ich, auch wenn ich nichts esse? Diskussion der individuellen Befunde und Probleme und der Folgeschäden. Primäre und sekundäre Insulindosis-Selbstanpassung. Flexible Therapie mit guter Stoffwechselkontrolle. Sondersituationen und "Insulinspiele".

Ort: Beginn im Hörsaalzentrum d. Neuen AKH, **Kursraum 25 Ebene 8 und Schwerpunktpraxis**, nähere Angaben erhalten Sie schriftlich nach Anmeldung.

Zeit: Freitag, 23.01-28.01.2015 jeweils 14:00-20:00, Kompaktkurs von insgesamt 36 h; Kurszeiten gut mit Beruf und Schule vereinbar

Zielgruppe: insulinpflichtige Diabetiker mit Blutzuckerselbstmessung

Patientenkostenbeitrag: Kein Beitrag nur bei Kostenübernahme z.B. durch das Programm **Diabetes aktiv**, sonst € 340, keine Übernahme d. Unterbringungskosten

● **HYPERTONIESCHULUNG:** Spezialprogramm, um Diabetes-Folgeschäden zu verhindern.

Ort: Beginn im Hörsaalzentrum d. Neuen AKH, **wahrscheinlich Kursraum 11/Ebene 7 und Schwerpunktpraxis** und nach Übereinkunft, nähere Angaben erhalten Sie schriftlich nach Anmeldung

Zeit: 3 Mittwochs, 07.01.2015, 14.01.2015 und 21.01.2015, jeweils 16:30 - 19:15

Zielgruppe: Diabetiker mit Mikroproteinurie (> 20 µg/min) oder Hypertonie (> 130/85 mmHg) und Nicht-Diabetiker.

Patientenkostenbeitrag: Kein Beitrag nur bei Kostenübernahme, sonst € 70

● **SLIM N FIT PROGRAMM: DER SCHLANK-TREFF & CO GEGEN DAS METABOLISCHE SYNDROM**

Spektrum: „Wie gehören Blutfette, Bluthochdruck und Diabetes mit dem Bauch zusammen?“. Ursachen. Auswirkungen. Prognose. Vorbeugung. Befunde. Selbstkontrolle. Chancen. Ihre persönlichen Lösungen. Medikamente. Selbsttherapie. Auch als Remotivations-Kurs für die ehemaligen Teilnehmer gut geeignet.

Ort: Beginn im Hörsaalzentrum d. AKH, **Kursraum 11/Ebene 7 und Schwerpunktpraxis** nähere Angaben erhalten Sie schriftlich nach Anmeldung.

Zeit: jeweils ein Mittwoch, 22.10.2014, 26.11.2014, 10.12.2014 jeweils 16:30 - 19:15

Patientenkostenbeitrag: Kein Beitrag für die ersten 6 Stunden nur bei Kostenübernahme z.B. durch das Programm **Diabetes aktiv**, sonst € 40 für ein Semester, **Individuelles Coaching kann bei Bedarf in Anspruch genommen werden (kostenpflichtig, in Kooperation mit www.diabetes-austria.com)**

Prof. Dr. med. Kinga HOWORKA, MBA, MPH
Zentrum für Medizinische Physik und Biomedizinische Technik
Medizinische Universität Wien, AKH, 4L
A 1090 Wien, Währinger Gürtel 18-20
E-mail: kinga.howorka@meduniwien.ac.at
Tel +43 1 40400 39810 Fax +43 1 403 4951



Patientenbetreuung und klinische Angelegenheiten:
1170 Wien, Pezlgasse 4/2
Email: kinga@howorka.com
Tel +43 1 406 06 96 montags
Korrespondenzadresse, s. links

● **HYPERLIPIDÄMIE/BLUTFETT-SCHULUNG:** Ernährungs- und medikamentöse Therapie der erhöhten Blutfette.

Spektrum: Wissen Sie schon, wie Sie Ihren Herzinfarkt vermeiden? Oder zumindest hinausschieben?

Ort: Beginn im Hörsaalzentrum d. Neuen AKH **Kursraum 11/ Ebene 7 und/oder Schwerpunktpraxis**, nähere Angaben erhalten Sie schriftlich nach Anmeldung

Zeit: zwei **Mittwoche, Sommersemester 2015**

Patientenkostenbeitrag: Kein Beitrag nur bei Kostenübernahme, sonst € 40

● **SCHWANGERSCHAFTS- UND GEBURTSVORBEREITUNG.** Spektrum: Kurs für Diabetikerinnen, die ein Kind erwarten oder eine Schwangerschaft planen und ihre Partner. Stillvorbereitung.

Ort: Beginn im Hörsaalzentrum, Neues AKH, **Kursraum 11/Ebene 7 und/oder Schwerpunktpraxis**, nähere Angaben erhalten Sie schriftlich nach Anmeldung

Zeit: **Herbst 2014, Voraussetzung: mind. 10 Teilnehmer/5 Paare.**

Patientenkostenbeitrag: Kein Beitrag nur bei Kostenübernahme, sonst € 40 pro Person, auch Partner

● **STILLGRUPPE FÜR DIABETIKERINNEN.** Offene Gruppe -- Ein- und Ausstieg jederzeit möglich.

Spektrum: Stillen, Vorbereitung in der Schwangerschaft, Lösungen für Stillschwierigkeiten, Veränderungen in der Partnerschaft, Schlaf-/ Trinkverhalten des Babys, Motivation(-skrisen) bei Diabetestherapie, Erfahrungsaustausch, postnatale Depression, Berufsleben: Arbeitsrecht/Stillen, Insulinanpassung, mögliche Medikamente beim Stillen.

Ort: Beginn 1170 Wien, Pezlgasse 4/2, Ordination Prof. Howorka, IBCLC

Zeit: **geplant zweimal pro Monat, Freitags bzw. dienstags bis 18:00, Beginn nach Vereinbarung, ca. 16:30**

Patientenkostenbeitrag: € 7.- pro Treffen. Bitte eine kleine Decke/Liegeunterlage für Ihr Baby mitnehmen

● **JUGENDLICHENGRUPPE.** Offene Gruppe. Ein- und Ausstieg jederzeit möglich. Spektrum: Motivationschwierigkeiten, Leistungsdruck, „Was tun, wenn ich gar nicht mehr mag?“, Lösungsstrategien. *Die Veranstaltung wird auf Anfrage organisiert*

Ort: Beginn 1170 Wien, Pezlgasse 4/2, Ordination Prof. Howorka, Zeit nach Vereinbarung

● **HYPO-GRUPPENMODUL:** Spezialprogramm für Hypoglykämie-Vorbeugung für besonders Gefährdete nach schweren Unterzuckerungen, inklusive Blutglukose-Wahrnehmungstraining nach Cox.

Ort: Beginn voraussichtlich im Hörsaalzentrum d. Neuen AKH, **Kursraum 11, dann Schwerpunktpraxis Prof. Howorka**, nähere Angaben erhalten Sie schriftlich nach Anmeldung

Zeit: **Mittwoch, voraussichtlich 03.12.2014, Voraussetzung: mind. 10 Teilnehmer, 16:30-19:15 + individuelle Arbeit**

Patientenkostenbeitrag: Kein Beitrag nur bei Kostenübernahme z.B. durch das Programm **Diabetes aktiv**, sonst € 50, auch für Patientenangehörige.

● **PUMP´N`EVE:** Spezialmodul für FIT-Geschulte . **Spektrum:** Insulinpumpen-Therapieeinleitung

Ort: Beginn im Hörsaalzentrum d. Neuen AKH, **dann Schwerpunktpraxis Prof. Howorka**, nähere Angaben erhalten Sie schriftlich nach Anmeldung

Zeit: ein Nachmittag, wahrscheinlich im Anschluss an den FIT Kurs (Sonntag oder Mittwoch), **+ indiv. Arbeit**; Voraussetzung: mind. 6 Teilnehmer, **Patientenkostenbeitrag:** Kein Beitrag nur bei Kostenübernahme z.B. durch das Programm **Diabetes aktiv**, sonst € 30

● **RAUCHEN-ENTWÖHNUNG BEI ABHÄNGIGEN RAUCHERN:** Speziell für jene, die nicht mehr rauchen wollen. Die Veranstaltung wird auf Anfrage organisiert. Auch als individuelles Package möglich

Spektrum: Ausarbeiten der individuellen Schritte der Verhaltensmodifikation, bei Bedarf medikamentöse Unterstützung, systematische Evaluation inklusive Gasanalyse

Die meisten angeführten Schulungen für Patienten finden statt in der Ordination, sind auch Bestandteil der universitären Lehrveranstaltungen für Studenten. Die angegebenen Kostenbeiträge gelten für Patienten wo keine Kostenübernahme durch Versicherungsträger (z.B. DMP Diabetes Aktiv) möglich ist. Sie können durch alle Privatversicherungen oder nach Einreichung beim Versicherungsträger durch Unterstützungsfonds teilweise refundiert werden.

Es soll niemand aus Kostengründen von einer Schulung fernbleiben müssen. In berechtigten Fällen kann der Kostenbeitrag vermindert werden. Bitte, kontaktieren Sie uns.

Alle Interessenten (Patienten, hospitierende Ärzte sowie Studenten) melden sich bei Prof. Howorka vorzugsweise per E-mail: kinga@howorka.com, nur ev.

• **in der Wahlarztordination mit ambulatorischem Charakter jeweils Montag 15 - 19 Uhr, Pezlgasse 4/2, 1170 Wien, oder**

• **schriftlich per Mail bzw. bei Frau Prof. Howorka persönlich (40400/3981, Zentrum f. Med. Phy. Und BmT)**

Die Teilnahme an den Kursen ist *ohne* Erstberatung -- die ein Teil des Rehabilitationsverfahrens ist -- *nicht* möglich (Ausnahme: FIT-Update oder Typ 2 Update. Also nur bei Updates bleibt Ihre individuelle Krankengeschichte unberücksichtigt).

Ambulanzvoranmeldung unter +43 1 4060696 montags, oder per mail, office@diabetesFIT.org.

Unkostenbeiträge für Schulungen (Vervollständigung der Anmeldung) bitten wir bis 14 Tage vor Kursbeginn auf das Vereinskonto (s. u.) zu bezahlen. Bei späteren Einzahlungen/Zahlungen bar vor Ort erhöht sich der Unkostenbeitrag um **10 Euro**. Und: bei zu wenig Anmeldungen können/müssen die Kurse abgesagt werden. Bitte vergewissern Sie sich daher über Abhaltung wenige Tage vor der Veranstaltung (per Mail an das Sekretariat). Die erfolgte Einzahlung gilt in diesen seltenen Fällen der Absage dann automatisch für den nächsten einschlägigen Kurs. Ähnlich bei unverschuldetem Fernbleiben, hier keine Rückzahlungen.

SCHULUNGEN FIT FORSCHUNGSGRUPPE e.V.: Bank Austria (BLZ 12000)

Konto 469 001 705 IBAN: AT791200000469001705 BIC: BKAUATWW

INFORMATIONEN & ANFRAGEN: SEKRETARIAT – +43 1 4060696 MONTAGS ODER PROF. DR. K. HOWORKA (01) 40400 3981

Prof. Dr. med. Kinga HOWORKA, MBA, MPH
Ztr Public Health, Ztr für Medizinische Physik und
Biomedizinische Technik, Medizinische Universität Wien, AKH,
A 1090 Wien, Währinger Gürtel 18-20
E-mail: kinga.howorka@meduniwien.ac.at
Tel +43 1 40400 39810 Fax +43 1 403 4951



Patientenbetreuung und klinische Angelegenheiten:
1170 Wien, Pezlgasse 4/2
Email: kinga@howorka.com
Tel +43 1 406 06 96 montags
Korrespondenzadresse, s. links