



Modul  
Diabetes-Erkrankungen  
Bewegungs- und Sporttherapie  
bei inneren Erkrankungen (DAS/CAS)

NACHDIPLOMLEHRGANG  
DIAfit-THERAPEUTEN

 **INSELSPITAL**

UNIVERSITÄTSSPITAL BERN  
HÔPITAL UNIVERSITAIRE DE BERNE

*u<sup>b</sup>*

---

<sup>b</sup>  
**UNIVERSITÄT  
BERN**

# Modul Diabetes-Erkrankungen

Das Modul Diabetes-Erkrankungen ist Teil des «CAS Bewegungs- und Sporttherapie bei Herz-, Gefäss- und Diabetes-Erkrankungen» der Medizinischen Fakultät der Universität Bern sowie Teil des «DAS und CAS Bewegungs- und Sporttherapie bei inneren Erkrankungen» der Medizinischen und Phil.-hum. Fakultät der Universität Bern.

## Voraussetzungen

---

dipl. Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten  
dipl. Turn- & Sportlehrer/-innen I und II  
dipl. Sportlehrerinnen und Sportlehrer FH  
Lizenziat Sport- und Bewegungswissenschaften  
Bachelor Sport- und Bewegungswissenschaften  
und  
gültiger BLS-AED-Ausweis (Cardio-Pulmonale Reanimation)  
und  
Abschluss des Moduls Methodik-Didaktik\*

## Diabetes-Rehabilitation

---

DIAfit ist ein strukturiertes Programm, das Patientinnen und Patienten mit Diabetes mellitus Typ 2 wenn nötig hilft, zu einem gesunden Lebensstil zu finden und so ein Fortschreiten der Erkrankung und das Auftreten von Komplikationen möglichst zu verhindern. Das DIAfit-Programm setzt sich aus einem 12 Wochen dauernden Diabetes-Rehabilitationsprogramm und einem anschliessenden Angebot von DIAfit-Gruppen zusammen. Für die Zukunft ist zusätzlich geplant, durch solche Programme bei Patientinnen und Patienten mit pathologischer Glukosetoleranz den Diabetes mellitus Typ 2 zu verhindern oder dessen Auftreten hinauszuzögern. Zu einem Diabetes-Rehabilitationsprogramm gehören folgende Komponenten:

- 1 Medizinische Evaluation und Therapie
- 2 Kontrolliertes körperliches Training
- 3 Diabetesberatung
- 4 Ernährungsberatung
- 5 Körperwahrnehmung
- 6 Stressmanagement und psychosoziale Beratung
- 7 Motivation

\* Das Modul Methodik-Didaktik kann nachträglich absolviert werden.

# Modulstruktur

## Ziele

---

Nach bestandenerm Lehrgang können Sie Patientinnen und Patienten mit Diabetes mellitus in Zusammenarbeit mit den entsprechenden Fachärztinnen und -ärzten selbständig in Rehabilitationsgruppen betreuen. Sie beurteilen die Patientinnen und Patienten bezüglich physischer und psychischer Verfassung und führen ein belastungsgerechtes Training durch. Sie erkennen Notfallsituationen und handeln korrekt und zielgerichtet.

## Inhalte

---

- Organisation Diabetes-Betreuung in der Schweiz
- Epidemiologie, Pathophysiologie, Therapieprinzipien von Diabetes mellitus Typ 1 und 2 und dessen Folgeerkrankungen (Mikro- und Makroangiopathie)
- Medikamentenkunde (orale Antidiabetika und Insulin) und dessen therapeutische Anwendung
- Hypo-/Hyperglykämie
- Kardiale und nichtkardiale Notfälle
- Bedeutung von Bewegung und Sport in der Diabetologie
- Auswirkungen von körperlichen Aktivitäten auf Diabetes mellitus Typ 1 und 2
- Planung, Durchführung und Auswertung von Bewegungsprogrammen bei DM Typ 1 und 2
- Exemplarische Praxisbeispiele von geeigneten Bewegungsformen und Sportarten bei DM Typ 1 und 2
- Basiswissen Adipositas und metabolisches Syndrom
- Ernährung bei DM Typ 1 und 2
- Psychologische Probleme bei Diabetes mellitus
- Konzeptarbeit für 12 Wochen-Diabetes-Rehabilitationsprogramm

## Methoden

---

<b>Vortragend:</b>	Kurz-Inputs, Referate, Lehrfilme
<b>Erarbeitend:</b>	Präsentationen, Einzel- und Gruppenarbeiten, Interviews mit Diabetespatientinnen und -patienten
<b>Problemorientiert:</b>	Praxisbeispiele, Fallbeispiele

Der Schwerpunkt liegt in der Erarbeitung der theoretischen Grundlagen und dessen Umsetzung in die Praxis. 2 Stunden Hospitation in einem Diabetes-Rehabilitationsprogramm soll einen Einblick in die Praxis geben.

## Programmleitung

- PD Dr. med. Markus Laimer, Universitätsklinik für Diabetologie, Endokrinologie, Ernährungsmedizin und Metabolismus UDEM, Inselspital, Universitätsspital Bern

## Studienleitung

- Antje Meissner, dipl. Physiotherapeutin, Swiss Cardiovascular and Diabetes Therapist, Institut für Physiotherapie, Präventive Kardiologie & Sportmedizin, Inselspital, Universitätsspital Bern

## Dozierende

Die Dozierenden sind namhafte Expertinnen und Experten auf ihrem Gebiet und sind an folgenden Kliniken tätig:

- Allgemeine Innere Medizin, Kantonsspital St. Gallen
- Diabetesberatung, Solothurner Spitäler AG, Kantonsspital Olten
- Endokrinologie und Diabetologie Spital Tiefenau, Bern
- Gesundheits- und Therapiezentrum, Gut Training AG, Mettmenstetten
- Institut für Physiotherapie, Inselspital, Universitätsspital Bern
- Medizinische Klinik, Spital STS AG, Thun
- Universitätsklinik für Diabetologie, Endokrinologie, Ernährungsmedizin und Metabolismus UDEM, Inselspital, Universitätsspital Bern
- Universitätsklinik für Kardiologie, Interdisziplinäres Zentrum für Sportmedizin, Inselspital, Universitätsspital Bern

## Diplom

Nach bestandenenem Lehrgang erhalten Sie das Diplom **DIAfit-Therapeutin / DIAfit-Therapeut** (4 ECTS).

### Abschluss **DAS Module**

Herz-, Gefäss-, Diabetes- und Krebs-Erkrankungen, Methodik-Didaktik, Psychologie, schriftliche Arbeit & Diplomarbeit (min. 30 ECTS)

### «Diploma of Advanced Studies **Bewegungs- und Sporttherapie innere Erkrankungen**»

Swiss Exercise Therapy in Sports and Medicine (DAS SwissETSMT Unibe)

### Abschluss **CAS Module**

Herz-, Gefäss- und Diabetes-Erkrankungen, Methodik-Didaktik, schriftliche Arbeit (min. 19,5 ECTS)

### «Certificate of Advanced Studies **Bewegungs- und Sporttherapie Herz-, Gefäss- und Diabetes-Erkrankungen**»

Swiss Cardiovascular and Diabetes Therapy (CAS SwissCDT Unibe)

### Abschluss **mindestens 3 Module**

Herz-, Gefäss-, Krebs- oder Diabetes-Erkrankungen, Methodik-Didaktik, schriftliche Arbeit (min. 15 ECTS)

### «Certificate of Advanced Studies **Bewegungs- und Sporttherapie innere Erkrankungen**»

Swiss Exercise Therapy in Sports and Medicine (CAS SwissETSMT Unibe)

# Allgemeine Informationen

## Anmeldung und Daten

2 Module à 4 und 2 Tage Theorie und Praxis.

Die Teilnehmerzahl ist auf 30 beschränkt.

Die aktuellen Durchführungsdaten, Kosten und Anmeldemöglichkeiten finden Sie unter: [www.sportmedizin.insel.ch/diabetes-erkrankungen](http://www.sportmedizin.insel.ch/diabetes-erkrankungen)

## Durchführung

Wird eine minimale Anzahl von Anmeldungen nicht erreicht,

behält sich die Programmleitung das Recht vor, das Modul abzusagen.

Bei einer Absage des Moduls werden die angemeldeten Personen rechtzeitig benachrichtigt sowie über ein neues Datum informiert.

## Kurssprache

Deutsch

## Selbststudium

48 Std. Selbststudium, Englischkenntnisse sind für das

Selbststudium erforderlich (Unterlagen, weiterführende Literatur).

## Kursort

Inselspital, Universitätsspital Bern

## Hospitation

Zwei Stunden Hospitation müssen vor Modulbeginn in einer DIAfit-Langzeitgruppe

oder in einem Diabetes-Rehabilitationsprogramm absolviert werden. Die Liste der

Hospitationsorte erhalten Sie nach der Anmeldung.

## Leistungsbewertung

Verfassen einer schriftlichen Arbeit im Umfang von circa 6 DIN A4 Seiten und schriftliche Prüfung

Partner



## Information und Anmeldung

Administration Modul Diabetes-Erkrankungen  
Universitätsklinik für Kardiologie  
Interdisziplinäres Zentrum für Sportmedizin  
Inselspital, Universitätsspital Bern  
CH-3010 Bern

Telefon +41 31 632 03 29

Telefax +41 31 632 89 77

E-Mail: [sportmedizin@insel.ch](mailto:sportmedizin@insel.ch)

[www.sportmedizin.insel.ch/diabetes-erkrankungen](http://www.sportmedizin.insel.ch/diabetes-erkrankungen)