

FIT 4 LIFE – ein Projekt der SKA-RZ Alland

Prim.^a Dr.ⁱⁿ Claudia Francesconi



FIT 4 LIFE - Die etwas andere Reha....

Ein Projekt der SKA RZ ALLAND

Claudia Francesconi

SKA Alland

PVA



Wozu überhaupt?

- Adoleszenz = heikle Phase für Stoffwechseleinstellung (körperlich/psychisch)
- Veränderungen des Umfelds (familiär/medizinisch)
- Viele Interessensfelder/Diabetes rückt in den Hintergrund



Wechsel der Betreuung/Wechsel des Fokus

- Pädiatrie: Familienbezug/Vermeidung von Extremen (Hypos, Ketoazidosen) fokussiert auf Fremdbetreuung.
- Diabetologie: Eigenverantwortung, Optimierung, Spätschäden, fokussiert auf „selbst kümmern“ mit Coaching (im besten Fall)



....kein Übergang – schlechte Karten..

- Hohe Drop out Rate (männlich>weiblich)
- Hoher Shift zu langfristig fachlich nicht kompetenter Betreuung (PA)
- Sozial/Berufliche Entwicklung >> Stellenwert, zu Lasten der Stoffwechseleinstellung
- Entwicklung von Spätschäden/beruflicher und sozialer Drop Out



Satellitenlösung mit Langzeiteffekt

- Rehabzentrum ist keine Dauerbetreuung für den Alltag – kann aber Lebensbegleitend sein
- Rettungsanker/Ansprechpartner in Krisen/Time Out
- Vermittler zu Dauerbetreuung und Kooperation mit dieser.



- ✓ Fit 4 Life ist ein speziell für Typ 1 Diabetiker ab dem 16.Lebensjahr konzipierter Rehabilitationsaufenthalt
- ✓ Das Ziel ist, zum Einen den mit dem Wechsel von Kinder zu Erwachsenenbetreuung verbundenen Drop Out möglichst zu verhindern, zum anderen in dieser heiklen Entwicklungsphase chronisch kranke Jugendliche in ihren Bedürfnissen zu unterstützen .
- ✓ Damit steigen die Chancen für soziale aber auch berufliche Integration – und ein „normales“ Leben.



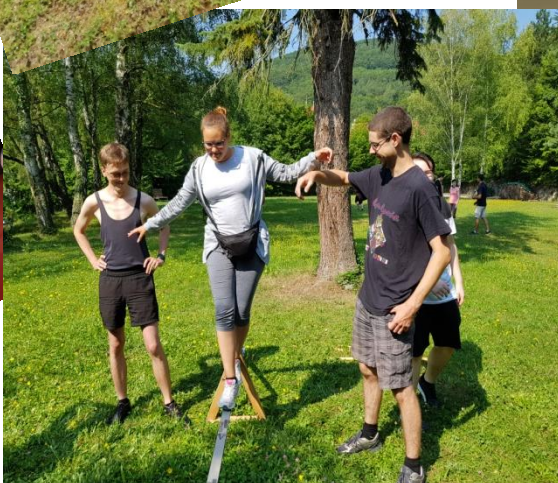
WIE FUNKTIONIERT DAS?

- ✓ Fit 4 Life beruht auf einem Buddy und Peer System
- ✓ Alle wichtigen Themenbereiche des Lebens sind abgedeckt:
Schulung/Sport/Ernährung/SocialLife/Beruf/Familie





- ✓ Schulung - BZ im Griff haben, nicht umgekehrt
- ✓ Spezialmahlzeiten – lebensnahe Problematik
- ✓ Alkohol – Theorie und Praxis
- ✓ Führerschein – Gesetz/Eigenverantwortung
- ✓ Familie/Sexualität – willhaben/kannhaben
- ✓ Beruf - nahezu alles ist möglich
- ✓ Sport –ohne Angst vor Hypos
- ✓ Die Gruppe – ich bin nicht die/der einzige
- ✓ Der Coach – ich bin nicht allein.....





Was ist FIT 4 LIFE ?

- Eine Präventivrehabilitation für jugendliche Typ 1 Diabetiker – um diese im System zu halten.
- Ein Versuch den Übergang zwischen Kinder und Erwachsenenbetreuung zu vereinfachen
- Die Bemühung jungen Menschen mit einer chronischen Erkrankung nicht nur Wissen sondern auch das Gefühl zu vermitteln, dass sie nicht alleine sind mit ihrer Erkrankung
- Altersspezifisch wichtige Themen zu bestreichen und auch „angreifbar“ zu machen.



Inhalte:

- Sport ohne Hypoangst
- Umgang mit Alkohol
- Pizza und Co – machbar machen
- Gute Einstellung – Eigenverantwortung und Coaching
- Sexualität&Familie
- Beruf – was geht, was nicht?
- Führerschein, fahren ohne zu gefährden
- Meet&Greet



Psychologie light bis heavy

- ICF - macht hier wirklich Sinn
- Akzeptanz – neuer Ansatz mittels Workshop
- Einzelgespräche für alle/keine Stigmatisierung, mehr gibt es immer..
- Anbindung im heimischen Umfeld



Wer? Was? Wie?

- Allander Expertenteam
- Externe Referenten (>50% selbst betroffen)
- Interne und externe Sportbetreuung
- Kontrollierter Alkoholgenuß
- Spezialmahlzeiten/BE Schätzen



GOODIES

- Lagerfeuer
- Eigener Sportbetreuer
- Waldpädagoge
- Psychologische Betreuung
- Konzert



Resumee nach 5 Turnussen

Aus den Gruppen

- Hervorragender Gruppendynamikeffekt
- Nachhaltige Kommunikation der Gruppen auch 3 Jahre nach der Reha
- Gutes Feedback nach 3 Wochen

über die Gruppen

- Ausgesprochen viele „sozial/familär“ benachteiligte Jugendliche
- Überdurchschnittlich viele psychisch beeinträchtigte Jugendliche
- Gerade in dieser Gruppe hohe Ansprechrate auf Reha, mit der Bitte um Wiederaufnahme ein Jahr später



Resumee

- Guter Erfolg bezüglich Diabeteseinstellung und Compliance Verbesserung
- Häufig ad on von Sensor/Pumpe oder Wechsel auf adäquatere Insulinsysteme
- Jedes mal ein Highlight – der Gruppeneffekt
- ..sie kommen widerwillig – und wollen dann nicht gehen...





Danke!