

PROMED NEWSLETTER

DIABETES TYP 2 ■ 2025



Digitaler Diabetesführerschein: Innovatives Online-Programm für Typ-2-Diabetiker

Sie möchten Ihre Erkrankung besser verstehen und selbstbewusster damit umgehen? Dann ist der Digitale Diabetesführerschein genau das Richtige für Sie. Das innovative Online-Programm wurde speziell für Menschen mit Typ-2-Diabetes entwickelt.

In zehn Modulen vermitteln Experten zusammen mit Moderator Harry Wijnvoord, der selbst betroffen ist, alles Wichtige rund um Typ-2-Diabetes – von Ernährung und Medikation bis hin zu digitalen Tools und Messsystemen, die Ihren Alltag erleichtern können. Praktische Merkzettel helfen Ihnen dabei, das Gelernte direkt umzusetzen. Nach erfolgreichem Abschluss erhalten Sie Ihren Digitalen Diabetesführerschein.

Der Zugang ist kinderleicht und flexibel – Sie lernen in Ihrem eigenen Tempo, ganz ohne Druck. Die Teilnahme ist kostenlos und völlig anonym. Der Digitale



Diabetesführerschein wurde bundesweit als Krankenkasseninnovation des Jahres ausgezeichnet – die IKK classic setzte sich in der Kategorie 2025 durch.

**Weitere Informationen erhalten Sie
in unserem Online-Programm.**



Sie sind Diabetiker und messen regelmäßig Ihren Blutzucker?

Gut zu wissen

Die IKK classic hat mit mehreren Herstellern von Blutzuckermesssystemen Verträge zu Teststreifen abgeschlossen, die eine qualitätsgesicherte und gleichzeitig günstige Versorgung sicherstellen. Unsere von Diabetes betroffenen Versicherten haben dadurch die Möglichkeit, ein Messgerät des Vertragspartners LifeScan Deutschland GmbH kostenfrei zu testen.

Für einen besseren Überblick

Im Lieferumfang des Testsets sind das OneTouch Ultra Plus Reflect® Messgerät mit einer dreifarbigigen Bereichsanzeige zum leichteren Erkennen der Grenzbereiche Ihres Blutzuckerspiegels sowie zehn OneTouch Ultra® Plus Teststreifen enthalten. Ergänzend befinden sich im Set zehn OneTouch® Delica® Plus Lanzetten und eine OneTouch® Delica® Plus Stechhilfe für schmerzarmes Stechen.

Unter den nachfolgenden Kontakten können Sie Ihr kostenloses Testgerät bestellen:

onetouch.de/angebote

Bitte hier Bestellcode eingeben: **IC35421IK**

**oder telefonisch unter
0800 70 77 007**



Besprechen Sie bei Interesse mit Ihrer behandelnden Ärztin oder Ihrem behandelnden Arzt Ihre Erfahrungen mit dem getesteten Gerät und den Messstreifen. Die Verordnungsfreiheit Ihrer Ärztin oder Ihres Arztes bezüglich der Verordnung von OneTouch oder anderen Blutzuckerteststreifen-Produkten bleibt unberührt.



TIPPS ZUM LESEN



ISBN
978-3-432-11784-3

Nährstoffreich kochen, Beschwerden lindern

Sie wollen aktiv etwas für Ihre Gesundheit tun? Der Ratgeber „Die gesunde Mikronährstoff-Küche“ von Regina Kratt und Barbara Hufnagel erklärt, wie Sie mit grünen Powerdrinks, Kresse-Müsli, Miso-Suppe und Co. Ihr Immunsystem stärken und chronischen Erkrankungen entgegenwirken können. Über 70 Rezepte zeigen, wie einfach das geht - alle schnell zubereitet, in maximal 15 Minuten. Mit dem praktischen Baukastensystem behalten Sie ganz leicht im Blick, was Ihrem Körper guttut.



ISBN
978-3-8338-7554-0

Genussvoll leben mit Diabetes

Leiden Sie unter Diabetes Mellitus? Auch wenn die Diagnose zunächst belastend sein mag, muss sie nicht den Genuss am Essen nehmen. „Das große Diabetes Kochbuch“ von Doris Fritzsche und Cora Wetzstein zeigt Ihnen, wie Sie mit leckeren und alltagstauglichen Rezepten den Blutzucker im Griff behalten - von Frühstücksideen über Hauptgerichte bis hin zu süßen Alternativen. Ein ausführlicher Theorieteil vermittelt zudem wertvolles Wissen über die Zusammenhänge zwischen Ernährung und Diabetes.