



# Kinder mit Typ-1-Diabetes in der Schule

Für Lehr- und Betreuungskräfte, die ein  
bisschen Verantwortung mittragen wollen.  
-ohne Angst, aber mit Wissen.

## Wer hier schreibt und warum

Ich bin Jeannette Kriesel, staatlich anerkannte Erzieherin und Mutter einer Tochter mit Typ-1-Diabetes. Ich weiß sehr gut, wie es ist, wenn die Diagnose plötzlich das ganze Familienleben auf den Kopf stellt.

Die erste Kita hat uns damals abgelehnt. Kein schönes Gefühl. Umso mehr habe ich erlebt, was möglich ist, wenn Menschen sich trauen, ein bisschen Verantwortung mitzutragen. Eine andere Kita hat meine Tochter aufgenommen und sich auf das Abenteuer eingelassen. Und etwas später in der Schule, hat sich das gesamte Kollegium in das Diabetesmanagement eingearbeitet – offen, mutig, mit ganz viel Herz. Diese Erfahrung hat mich nachhaltig geprägt und ist einer der Gründe, warum ich begonnen habe, mein Wissen zu vertiefen und weiterzugeben.

Heute arbeite ich für ABMED, einen ambulanten Pflegedienst, der sich auf Kinder mit Typ-1-Diabetes spezialisiert hat. Ich besuche Kinder in Schulen und Kitas, berechne ihre Mahlzeiten, verabreiche Insulin und unterstütze dort, wo Hilfe gebraucht wird.

Ich kenne beide Seiten: die Sorgen der Eltern und die Bedenken der Lehrkräfte. Und ich weiß: Mit dem richtigen Wissen, einer Portion Mut und einem guten Miteinander geht so viel mehr, als man denkt.

## Vorwort

Benno ist neun und besucht die 4. Klasse. In letzter Zeit nehmen Sie *eine deutliche Veränderung bei ihm wahr. Er wirkt zunehmend blass, müde, unkonzentriert und geschwächt.* Er trinkt literweise Wasser und *muss sehr häufig während des Unterrichts aufs Klo.* Dann kommt die Diagnose: Typ-1-Diabetes. Krankenhaus. Therapie. Schock. Und jetzt?

Oder: Emma, sechs Jahre alt. Ihr Einschulung steht an. Seit sie zwei ist, lebt sie mit Typ-1-Diabetes. Ihre Eltern haben Ihre Schule kontaktiert, um in Ruhe alles Wichtige zu besprechen.

Beide Kinder haben eines gemeinsam: Sie brauchen Schule. Und Schule braucht das Wissen, wie man damit umgeht.

Diese Broschüre soll Ihnen als Schulleitung, Lehr- oder Betreuungskraft Klarheit geben: Was genau ist Typ-1-Diabetes? Was braucht ein betroffenes Kind? Und was bedeutet das für Sie konkret im Alltag?

## 1. Was ist Typ-1-Diabetes?

Typ-1-Diabetes ist keine Alterskrankheit und kein Zuckerschok durch zu viele Gummibärchen. Es ist eine Autoimmunerkrankung. Dabei zerstört das Immunsystem die insulinproduzierenden Zellen der Bauchspeicheldrüse. Das lebenswichtige Hormon Insulin fehlt.

Ohne Insulin bleibt Glukose im Blut und gelangt nicht in die Zellen, wo sie als Energie gebraucht wird. Das Resultat: Ein gefährlich hoher Blutzuckerspiegel.

## 2. Wie entsteht Typ-1-Diabetes?

Warum Kinder daran erkranken, ist bis heute nicht eindeutig geklärt. Genetische Veranlagung könnte eine Rolle spielen. Aber auch Umweltfaktoren und immunologische Reaktionen.

**Fakt ist: Jedes Kind kann betroffen sein. Jederzeit.**

Laut dem aktuellen Gesundheitsbericht Diabetes 2024 leben in Deutschland über **37.000 Kinder und Jugendliche unter 18** mit Typ-1-Diabetes. Jährlich kommen über **3.700 Neuerkrankungen** hinzu.

**Tendenz:** steigend. Das bedeutet: Immer mehr Schulen werden in Zukunft mit dieser Thematik konfrontiert sein.

### 3. Wie werden Kinder mit Diabetes behandelt?

Kinder mit Typ-1-Diabetes sind **lebenslang insulinpflichtig**. Sie brauchen Unterstützung durch Erwachsene, im Elternhaus und in der Kita.

#### 3.1 Die Bedeutung von Blutzuckerwerten

Die **Insulindosis** hängt vom aktuellen Blutzuckerwert ab. Moderne Systeme ermöglichen heute kontinuierliche Glukosemessung (CGM). Ziel ist:

- Blutzuckerwerte regelmäßig checken
- Hypo- oder Hyperglykämien vermeiden

**Was passiert bei Hyperglykämie (Überzuckerung)?** Wenn Insulin fehlt, steigt der Zuckerspiegel im Blut. Bleibt das unbehandelt, droht eine **Ketoazidose**. Eine gefährliche Stoffwechsellage.

**Was passiert bei Unterzuckerung?** Sinkt der Blutzucker stark ab zum Beispiel durch zu viel Insulin, zu wenig Essen oder viel Bewegung, leidet der Körper unter Energiemangel.

Gut zu wissen:

- Sensoren warnen frühzeitig vor Blutzuckerentgleisungen
- Kinder spüren Unterzuckerungen meist selbst
- Ein kleiner kohlenhydratreicher Snack reicht oft schon, um den Blutzucker nach oben zu korrigieren.

#### 3.2 Woher kommt das Insulin?

Insulin muss **mehrmals täglich von außen zugeführt** werden. Früher war das aufwendig, heute ist das deutlich einfacher:

- **Insulinpumpe:** kontinuierliche Versorgung und Insulingaben auf Knopfdruck
- **Insulinpen:** das Insulin wird per Injektion verabreicht

### 3.3 Was sind Basalrate und Bolus?

- Die **Basalrate** deckt den Insulin-Grundbedarf über den Tag ab.
- Der **Bolus** ist das Mahlzeiteninsulin, passend zur Kohlenhydratmenge, die in einer Mahlzeit enthalten ist.

### 3.4 Modernes Diabetesmanagement

Heute nutzen viele Kinder Insulinpumpen, meistens mit einem **Closed-Loop-System**. Dabei arbeitet ein Algorithmus mit Pumpe und Sensor zusammen. Dabei handelt es sich um ein geschlossenes Kontrollsystem, das den Blutzuckerlauf so regelt, dass dieser sich im vorgegebenen Zielbereich bewegt. Sozusagen eine künstliche Bauchspeicheldrüse.

#### Technik auf einen Blick:

- Glukosesensor misst permanent den Blutzuckerwert
- Alarm bei kritischen Werten durch Glukosesensor
- Ein integrierter Bolusrechner übernimmt die Insulinberechnung
- Insulinabgabe erfolgt per Eingabe in ein Steuergerät
- Nasales Glukagon (z. B. Baqsimi) ersetzt im Notfall die klassische Notfallspritze.

**Fazit:** Moderne Technik macht Betreuung sicherer, einfacher und deutlich stressfreier für alle Beteiligten.

Je nach Alter benötigen Kinder dabei Unterstützung. Der Alltag erfordert Routine und das nicht nur von der Familie.

## 4. Irrungen und Vorurteile

Noch immer halten sich hartnäckig Mythen und Halbwahrheiten –auch in pädagogischen Teams. Hier ein paar Klassiker und was wirklich stimmt:

- **"Diabetes ist ansteckend."** – Nein. Niemals. Punkt.
- **"Das kommt vom vielen Naschen."** – Falsch. Typ-1 ist eine Autoimmunerkrankung. Niemand trägt Schuld daran.
- **"Die dürfen nichts Süßes essen."** – Doch. Mit der passenden Insulinmenge ist alles möglich.
- **"Die müssen zu bestimmten Zeiten essen."** – Das war einmal. Moderne Technik erlaubt Flexibilität.
- **"Die gehören auf eine Förderschule."** – Absolut nicht. Kinder mit Typ-1 sind in allen Bereichen genauso leistungsfähig wie andere Kinder.
- **"Bei einer Unterzuckerung kann das Kind sterben!"** – Nein. Sensoren warnen frühzeitig. Und es gibt genug „Gegenmittel“, vom Traubenzucker bis zum Notfallspray. Zudem greift der Körper im absoluten Notfall auf den „Zuckerspeicher“, sogenannte Glucagonreserven zurück.
- **"Sport ist gefährlich."** – Im Gegenteil. Bewegung ist wichtig. Man muss nur vorbereitet sein.
- **"Ich darf das Kind nicht behandeln, sonst droht eine Klage."** – Das ist rechtlich abgesichert! Wenn Sie im Rahmen einer Einweisung handeln, sind Sie über die Unfallversicherung geschützt.

## 5. Kinder mit Typ-1-Diabetes und die Familie

Die Diagnose trifft nicht nur das Kind. Eltern stehen unter Schock, erleben Kontrollverlust und ein Chaos aus medizinischem Neuland und Alltagsdruck. Sie müssen lernen, zu rechnen, zu messen, zu reagieren. Und zusätzlich: ein Berg an Bürokratie. Alltag? Zunächst Fehlanzeige.

Die Diagnose verändert das Leben der gesamten Familie. Geschwister spüren oft: Jetzt dreht sich alles ums kranke Kind. Und auch das betroffene Kind muss plötzlich funktionieren, obwohl es gerade verstehen lernt, was da eigentlich passiert. Und trotzdem: Mit guter Schulung, Rückhalt und Routine kehrt Stück für Stück Normalität ein.

Lehrkräfte und Pädagogen können hier entlasten. Sie können Normalität zurückgeben und damit ein großes Stück Lebensqualität.

## 6. In der Schule und was jetzt zählt

Für viele Familien ist Schule auch Betreuung, damit Eltern arbeiten können. Ohne Unterstützung in der Schule müssen Eltern oft selbst einspringen. Das gefährdet Existenzen. Besonders für Alleinerziehende.

### 6.1 Medizinische Hilfsmaßnahmen durch Lehr- und Betreuungskräfte

Insulin verabreichen, Werte im Blick behalten, schnell reagieren. Das Erledigen viele Kinder im Schulalter selbst und gehört inzwischen zu ihrem Alltag.

Kinder, die eine Diagnose erst erhalten, wenn sie bereits Schulkinder sind, benötigen besonders am Anfang noch etwas mehr Unterstützung.

Mit moderner Technik und guter Absprache ist das machbar. Denn:

- CGM zeigt Blutzuckerwerte in Echtzeit an
- Insulinpumpe gibt das Insulin nach Berechnung automatisch ab
- Eltern sind immer erreichbar und geben Hilfestellung

**Gut zu wissen: Wer im Rahmen einer Schulung handelt, ist rechtlich abgesichert.**

Und: Handlungssicherheit kommt durch Übung. Nicht durch Vermeidung.

### 6.2 Angst vor Fehlern? Verständlich, aber lösbar

Fehler machen Angst. Besonders im Umgang mit einer chronischen Krankheit. Aber:

- Rechtlich sind Sie abgesichert (Unfallkasse)
- Glukagon gibt es als Nasenspray. Kein Spritzen mehr nötig
- Eltern stellen schriftlich von Haftung frei

### 6.3 Schulungen: Wissen ist Sicherheit

Wissen schützt. Nicht nur das Kind, sondern auch Sie. Je mehr Sie über Typ-1-Diabetes wissen, desto weniger Raum haben Unsicherheit und Angst. Deshalb ist Schulung so wichtig. Eltern, Diabetesambulanzen oder Pflegedienste unterstützen Sie dabei.

Inhalte einer Schulung können sein, wie Sie:

- Hypo- und Hyperglykämien erkennen
- mit Insulinpumpen und CGM-Systemen umgehen
- Kohlenhydratmengen berechnen und einschätzen
- Notfallmaßnahmen einleiten
- Die Sie Mitschüler und deren Eltern einbeziehen können



**Wichtig:** Diese Schulungen sind keine Prüfung. Es geht nicht um medizinische Perfektion, sondern um Handlungssicherheit im Alltag und ums Miteinander.

#### 6.4 Keine Sonderrolle aber individuelle Rücksicht

Kinder mit Typ-1-Diabetes sind genauso leistungsfähig wie andere Kinder.

Was sie brauchen:

- Erlaubnis, bei Unterzuckerung essen und trinken zu dürfen
- Blutzuckercheck vor Sport oder Pausen
- Nachteilsausgleich bei Tests, falls der Blutzuckerwert in dieser Zeit korrigiert werden muss

## 6.5 Die Klasse einbeziehen

Typ-1-Diabetes lässt sich im Alltag kaum verbergen. Kinder beobachten. Sie fragen. Und das ist gut so.

Transparenz schafft Verständnis. Eine kurze Info an die Klasse, altersgerecht vermittelt, kann Ausgrenzung verhindern und Offenheit fördern.

## 6.6 Das Alter macht den Unterschied

Grundschul Kinder brauchen meist mehr Unterstützung. Aber viele sind erstaunlich fit im Umgang mit ihrer Erkrankung. Schritt für Schritt übernehmen sie mehr Verantwortung, dank Schulungsprogrammen und elterlicher Begleitung.

## 6.7 Feste, Ausflüge, Klassenfahrten –aber sicher!

Alles machbar, mit ein bisschen Vorbereitung:

- Snack & Notfallsaft einpacken
- CGM kontrollieren
- Ansprechpartner festlegen
- Eltern rechtzeitig einbinden

Für mehrtägige Fahrten:

- Schulbegleitung kann beantragt werden (§35a SGB VIII)
- Ehrenamtliche Diabetes-Begleiter fahren mit (Projekt KlaFa der DDH-M)



## 7 Unterstützung von außen- Gemeinsam geht's leichter

Auch Fördermittel können beantragt werden. Es gibt Möglichkeiten. Man muss sie nur nutzen. Was möglich ist:

- Schulbegleitung über Eingliederungshilfe
- Pflegedienst über ärztliche Verordnung
- Unterstützung durch Vereine und Initiativen
- Fördermittel nach SGB VIII / SGB XII / SGB IX

## Danke

Kinder mit Typ-1-Diabetes brauchen keine Sonderbehandlung, sondern echte Teilhabe. Sie brauchen Räume, in denen sie Kind sein dürfen und Lehrer und Lehrerinnen, die sie unterstützen. Wenn Sie diese Broschüre bis hier gelesen haben, gehören Sie genau zu diesen Menschen. Und das ist alles andere als selbstverständlich.

## Möchten Sie mehr wissen?

Ich bin **Jeannette Kriesel**, Erzieherin, Mutter einer betroffenen Tochter, Autorin dieser Broschüre und unterwegs im Namen echter Aufklärung. Seit fast zehn Jahren begleite ich Familien mit Typ-1-Diabetes. Ich arbeite für einen spezialisierten Kinderpflegedienst, der täglich Kinder in Kitas und Schulen betreut. Ich berechne Mahlzeiten, verabreiche Insulin und schule pädagogisches Fachpersonal. Ich helfe mit Wissen, mit Praxisnähe und manchmal auch mit ein bisschen Humor, wenn's kompliziert wird.

Sie möchten ein Kind mit Diabetes begleiten, haben aber noch Fragen oder sind unsicher?

Sie brauchen fachliche Rückendeckung oder praktische Tipps? Dann melden Sie sich gerne, ich helfe gern weiter.

[www.jeannette-kriesel.de](http://www.jeannette-kriesel.de)

### Und nicht vergessen:

Kinder mit Typ1-Diabetes brauchen keine Sonderbehandlung. Sie brauchen Menschen, die hinschauen, sich trauen und ein bisschen mehr möglich machen. Danke, dass Sie einer davon sind. Denn manchmal reicht ein „Kriegen wir hin“, um ein ganzes System zu verändern.