

Gestationsdiabetes - Leitlinien und Ernährung

Für Hebammen, Pflegepersonal, ÄrztInnen, StillberaterInnen, TherapeutInnen, FamilienberaterInnen und alle, die Schwangere betreuen



Ausbildungszentrum
Laktation und Stillen
Frühe Kindheit und Familie

26. Februar 2024

Anmeldeschluss 19.02.2024

01. Oktober 2024

Anmeldeschluss 25.09.2024

Die Zahl der Schwangeren, bei denen ein Gestationsdiabetes diagnostiziert ist, steigt beständig. Tatsächlich hat Glukose im Blut einen negativen Einfluss auf die Entwicklung des Kindes und ist auch für die Schwangere nicht gesund.

Ausschlaggebend für die Diagnose sind deshalb die Blutzuckerwerte.

Ausgewogene Ernährung und ausreichend Bewegung sind die Therapie der Wahl und könnten mehr als 90 Prozent aller Gestationsdiabetikerinnen in den Bereich der Normalwerte bringen. Damit das gelingen kann, greifen Leitlinien zum Gestationsdiabetes wissenschaftlich evidente Empfehlungen auf. Wie das gelingen kann, wird Schwerpunkt dieser Fortbildung sein.

Im Mittelpunkt stehen Ernährungsregeln, die Gestationsdiabetikerinnen auf einfache Weise erleichtern, ihren Blutzucker im Normalbereich zu halten. Die Bewegung spielt dabei ebenso eine Rolle wie die Frage, ob Anspannung und Entspannung in der Balance sind.

Darüber hinaus gibt es eine Reihe von Lebensmitteln und Lebensmittelkombinationen, die den Blutzuckerlauf positiv beeinflussen.

Auch wenn manche Frauen in Situationen geraten, in denen gezielte Ernährung allein nicht ausreichend ist, so ist für die meisten das Einhalten von überschaubaren Regeln dennoch die Therapie der Wahl. Wir beleuchten, wie dies in verschiedenen Ernährungsformen umgesetzt werden kann und widmen uns natürlich Ihren speziellen Fragen.

Themen

- Ihre Fragen zum Thema
- Leitlinien Gestationsdiabetes (GDM)
- Ernährung GDM
- Lebensmittel und Lebensmittelkombinationen mit günstigem Einfluss auf den GDM
- Ernährung und Alltag - Wechselwirkungen
- Anspannung und Entspannung mit Schwerpunkt: wie kann Essen die Entspannung stärken
- Last but not least: wie Bewegung den Umgang mit GDM positiv unterstützen kann



Referentin

Brigitte Neumann,

- **Diplom-Ökotrophologin**
- **MI-Coach und Supervision**
- **Freiberufliche Ernährungswissenschaftlerin**

www.gesunder-mausclick.de

bneumann@gesunder-mausclick.de

Teilnehmerbegrenzung

20 Personen

Änderungen vorbehalten!

Tagungszeiten

Jeweils 14:00 – 16:00 Uhr

Sie erhalten einen Einladungs-Link per Email um an einem der Webinare teilzunehmen.

Technische Voraussetzungen

- Computer/Laptop mit Kamerafunktion oder Mobiltelefon mit Kamerafunktion
- Stabiles Internet
- Google Chrome, Microsoft Edge oder Mozilla Firefox als Browser empfohlen

Teilnahmegebühr

80,00 €

Anerkannte Einrichtung der Arbeitnehmerweiterbildung in NRW, Baden-Württemberg, Niedersachsen und Rheinland-Pfalz

Das Ausbildungszentrum Laktation und Stillen GbR wurde vom Internationalen Gremium zur Prüfung von Still- und Laktationsberater/innen (IBLCE®) als ein CERPAbieter für die aufgeführten Fortbildungsprogramme zum Erwerb von Anerkennungspunkten („CERP-Programme“) aufgenommen. Die Bestimmung der Eignung als CERP-Programme oder des Status des CERP-Anbieters bedeutet nicht, dass IBLCE® die Ausbildungsqualität bestätigt oder bewertet. INTERNATIONAL BOARD OF LACTATION CONSULTANT EXAMINERS®, IBLCE®, INTERNATIONAL BOARD CERTIFIED LACTATION CONSULTANT® und IBCLC® sind eingetragene Warenzeichen des Internationalen Gremiums zur Prüfung von Still- und Laktationsberater/innen.

ONLINE-Anmeldung und weitere Informationen

www.stillen.de/veranstaltungskalender

Ausbildungszentrum Laktation und Stillen GbR
Große Straße 16
37619 Bodenwerder, Deutschland
Telefon +49 5533-9631085
info@stillen.de

Methoden

- Impulsvortrag
- Gespräch
- Erfahrungsaustausch



Fortbildungspunkte

2,5 Stunden (a 45 Min.) für **StillspezialistInnen®**

Weiterbildungspunkte für IBCLCs:

1 L-, 1 R-CERPs

- 0,5 CERP Pathologie
- 0,5 CERP Entwicklung und Ernährung
- 1 CERP Klinisches Fachwissen

Fortbildungsstunden für Hebammen nach der gültigen Berufsordnung der Bundesländer

2 Fortbildungspunkte im Rahmen der Registrierung beruflich Pflegenden

2 Fortbildungspunkte im Bereich Heilmittel Rahmenempfehlung nach § 125 Abs. 1 SGB V



ISO

Zertifiziert nach
DIN EN ISO 9001:2015

Zertifikatsnummer
0062-0470-9001:2015