

## **Interaktives Programm hilft bei der Bewältigung der Erkrankung: AOK startet Online-Coach Diabetes für Schleswig-Holstein**

**Kiel (09.12.2020).** Gute Nachricht für die 211.000 Diabetes mellitus Typ 2 Patienten in Schleswig-Holstein: Der neue Online-Coach Diabetes der AOK NORDWEST unter [www.aok.de/online-coach-diabetes](http://www.aok.de/online-coach-diabetes) hilft Betroffenen, ihre Krankheit noch besser zu verstehen und die oft notwendigen Änderungen des Lebensstils anzugehen. „Mit unserem neuen Online-Coach erweitern wir unser Informations- und Unterstützungsangebot für Menschen mit Typ-2-Diabetes im Land und motivieren sie für einen gesunden Lebensstil“, sagt Tom Ackermann, Vorstandsvorsitzender der AOK NORDWEST.

Die Diabetes-Welle rollt auch auf Schleswig-Holstein zu, bis zum Jahr 2040 könnte sich die Anzahl der Diabetes-Patienten nahezu verdoppeln. Die Ursachen sind komplex: An einer genetischen Disposition können Betroffene nichts ändern. Anders ist das bei Übergewicht und mangelnder Bewegung. Geeignetes Mittel sind vor allem Lebensstiländerungen wie ausreichend Bewegung, gesunde Ernährung und der Abbau von Übergewicht. Experten gehen davon aus, dass sich dadurch mehr als 50 Prozent der Diabetes-Erkrankungen verhindern ließen.

Hierbei hilft der Online-Coach Diabetes der AOK. Er erklärt, wie die Krankheit entsteht, was genau im Körper passiert und warum bei Patientinnen und Patienten mit Typ-2-Diabetes das Risiko für bestimmte Folge-Erkrankungen steigt. Darüber hinaus enthält das digitale Angebot verständliche Informationen zur Behandlung des Diabetes und zu den Vorteilen der Disease-Management-Programme (DMP) der gesetzlichen Krankenkassen. „Unser neuer Online-Coach ist eine ideale Ergänzung zu unserem strukturierten Behandlungsprogramm ‚AOK-Curaplan‘ Diabetes Typ 2. Daran nehmen in Schleswig-Holstein aktuell mehr als 40.000 AOK-Versicherte mit guten Ergebnissen teil“, so Ackermann.

Außerdem enthält der Online-Coach zahlreiche Videos und Animationen: Szenen aus dem Alltag vermitteln ganz praktische Tipps, wie Patienten die Umstellung ihrer Ernährung oder die Integration von mehr Bewegung in ihren täglichen Tagesablauf schaffen können. An der Entwicklung war ein Expertenteam aus Diabetologen, Psychologen sowie Ernährungs- und Sportwissenschaftlern beteiligt.



Das neue AOK-Angebot ist so konzipiert, dass die Patienten es allein, aber auch gemeinsam mit Ihrem Partner oder mit anderen Familienmitgliedern nutzen können. Denn auch wenn Angehörige meist nur indirekt betroffen sind, haben sie häufig viele Fragen und können die Betroffenen besser unterstützen, wenn sie ebenfalls gut informiert sind. Der Online-Coach Diabetes kann von AOK-Versicherten kostenlos genutzt werden; ein Teil des Programms ist auch für Versicherte anderer Krankenkassen verfügbar. Um den kompletten Coach durchlaufen zu können, ist eine Registrierung mit Angabe der AOK-Versichertennummer notwendig. Diese wird nur zur Prüfung der Versicherung genutzt. Alle weiteren eingegebenen Daten werden von der AOK nicht eingesehen, verwertet oder weitergegeben.

Weitere Infos zum neuen Online-Coach Diabetes: [www.aok.de/online-coach-diabetes](http://www.aok.de/online-coach-diabetes)

## Ihr Gesprächspartner:

Jens Kuschel, Pressesprecher  
AOK NORDWEST – Die Gesundheitskasse.  
Edisonstraße 70, 24145 Kiel

Telefon 0800 2655-505528  
Mobil 01520-1566136  
E-Mail [presse@nw.aok.de](mailto:presse@nw.aok.de)