

# Starkes Netzwerk für Menschen mit Diabetes

## Weshalb sich der Verein Dia Engel mehr Unterstützung von Podolog:innen wünscht

2019 fiel der Startschuss für das ehrenamtliche Projekt Dia Engel e.V., das Kindern, Jugendlichen und ihren Eltern sowie Erwachsenen mit Diabetes den Alltag erleichtert. Podolog:innen waren von Anfang an dabei. Laut Gründer Thomas Damaschke, seiner Tochter Doreen und der ehrenamtlichen Mitarbeiterin Sandra Wagner-Scherer dürften es noch deutlich mehr werden – eine Win-win-Situation für alle.

Diabetes mellitus hat viele Gesichter, weiß man beim Verein Dia-Engel e.V. Von den ersten Symptomen über die Diagnose, Behandlung und den Alltag mit der Krankheit unterscheiden sich die Erfahrungen gravierend. Doch ob Diabetes mellitus Typ 1, 2 oder 3, ob die Krankheit in der Kindheit ausbricht oder im Alter: Alle brauchen Therapeut:innen aus Medizin, Ernährungswissenschaften und meistens auch der Podologie, die sie behandeln und begleiten. Alle benötigen zudem Menschen, die sie emotional auffangen.

### ZWEI LEBENSGESCHICHTEN, EIN GEMEINSAMER WEG

Sandra Wagner-Scherer war 12 Jahre jung, als sie die Diagnose Diabetes mellitus Typ 1 bekam. „Damals, 1987, wusste fast niemand über die Krankheit Bescheid“, berichtet sie. Das Mädchen hörte Sprüche wie: „Ernährst du dich so ungesund?“ oder auch „Das kommt von zu vielen Süßigkeiten.“ Dass Typ-1-Diabetes eine Autoimmunerkrankung ist, hatte sich noch nicht herumgesprochen. „In der Schule war ich die Einzige mit Diabetes und die anderen Kinder sagten: Was für eine

Krankheit hast du? Dich lade ich nicht zu meinem Geburtstag ein!“

Sowohl in ihrer bayerischen Heimat als auch in Norddeutschland, wohin ihre Familie kurz nach der Diagnose umzog, mangelte es auch an Ärzt:innen, die mit den heftigen Blutzuckerschwankungen des jungen Mädchens umzugehen wussten. Erst nach einer Odyssee bekam die Jugendliche Hilfe, die ihren Blutzuckerspiegel und ihr Wohlbefinden stabilisierte. Sie absolvierte ihr Abitur, studierte Sozialpädagogik, zog eine Tochter groß, bewährte sich im Beruf. Heute wohnt Sandra Wagner-Scherer im Bayerischen Wald und sorgt dafür, dass Kinder und Jugendliche mit Typ-1-Diabetes sich weniger allein fühlen als sie damals.

Mit dafür verantwortlich ist Thomas Damaschke aus Duisburg. Auch er hat Diabetes mellitus – allerdings Typ-2-Diabetes. Damaschke stand schon in der Mitte des Lebens und konnte sich auf fachkundige Ärzt:innen verlassen, als er 2016 im Krankenhaus die Zufallsdiagnose erhielt. Dennoch war auch er getroffen von dieser Diagnose – von der Aussicht, von nun an für immer chronisch krank zu sein. „Ich besuchte dann viele Schulungen und Selbsthilfegruppen und meine zwölfjährige Tochter Doreen kam immer mit“, erzählt Thomas Damaschke. Das hinterließ bei Vater und Tochter großen Eindruck. Doreen Damaschke hatte kurz darauf die Idee, eine Diabetes-Selbsthilfegruppe für Kinder und Jugendliche zu gründen und setzte



**Berufshauptpflichtversicherung**  
ab 79,40 € netto jährlich.

**SPEZIELL FÜR PODOLOGEN**

Jetzt beraten lassen:  
☎ +49 (0)2204 30833-0  
[www.versichert-mit-ullrich.de](http://www.versichert-mit-ullrich.de)

**SELBSTÄNDIG. WAS WIRKLICH WICHTIG IST.**

**ULLRICH**  
Inhaber Holger Ullrich  
Versicherungs- und Finanzservice



Links: Thomas und Doreen Damaschke  
Oben: Sandra Wagner-Scherer

diese Idee, unterstützt von ihrem Vater, 2019 auch um. Der Diabetes Kinder- und Jugend-Treff Duisburg wurde gut angenommen.

Eines Tages meinte die Mutter eines Kindes, das dabei war, zu Doreen: „Es wäre gut, wenn es einen Ansprechpartner gäbe, wenn die Arztpraxen geschlossen sind und kein Diabetes-treffen stattfindet!“ Diese Anregung nahm sich Doreen Damaschke zu Herzen. Sie überlegte hin und her, diskutierte mit ihrem Vater und dachte auch darüber nach, wie man jene Patient:innen erreicht, die nicht zu den Präsenzterminen fahren können. So kam es – noch 2019, vor dem ersten Lockdown – zum Plan, eine Telefonhotline für Menschen mit Diabetes mellitus und ihre Angehörigen ins Leben zu rufen.

#### SCHICKSALSJAHR 2020:

#### EINE IDEE ZIEHT WEITE KREISE

Die Damaschkes nahmen Kontakt zu Diabetes-kundigen Menschen sowie Telekommunikations-Unternehmen auf. So konnte das Unternehmen Sipgate als Partner gewonnen werden, das seit dem Sommer 2020 die Telefonleitungen zur Verfügung stellt. Täglich von 10 bis 22 Uhr können Menschen mit Diabetes mellitus und ihre Ange-

hörigen die Dia Engel anrufen. Ob sie nun konkrete Tipps zum Leben mit der Krankheit suchen, sich über ihre Erfahrungen austauschen möchte, sich einfach ein offenes Ohr wünschen oder auch Hinweise auf geeignete Praxen, Kliniken, Selbsthilfegruppen – jemand mit Fachkunde in Sachen Diabetes, sei es ein\*e Patient:in, sei es ein\*e Angehörige:r, ist für sie da. Und das mit Erfahrungswerten zu allen Diabetes-Typen: Typ 1, Typ 2 und auch Typ 3, jenen seltenen Formen von Diabetes, die anders entstehen als Typ 1 und Typ 2. Wichtig zu wissen: Alle Dia Engel achten darauf, sich nicht in ärztliche Empfehlungen oder Therapieentscheidungen einzumischen.

Die 16 Ehrenamtlichen, die die Telefondienste übernehmen, stehen auch an Sonn- und Feiertagen zur Verfügung – das ist ungewöhnlich. „Manchmal klingelt zwei Tage kein Telefon und manchmal telefonieren wir stundenlang auf drei Leitungen gleichzeitig“, informiert Thomas Damaschke.

Von Anfang an konnten die Dia Engel zudem auf ein multiprofessionelles Netzwerk an Unterstützer:innen aus wichtigen Berufsgruppen zählen. Eine Rechtsanwaltskanzlei für Medizinrecht, ein Diabetologe, eine Diabetes-

beraterin, eine Psychologin, eine Heilpraktikerin für Psychotherapie mit Fokus auf Hilfe für Eltern, eine Fitness und Ernährungsberaterin, die zugleich ganzheitlicher Diabetescoach ist, und ein Podologe berieten und unterstützten die Ehrenamtlichen. Inzwischen sind weitere Expert:innen hinzugekommen. Mithilfe des Internets und vieler Zoom-Calls gelang der Austausch selbst zu Zeiten der Lockdowns. Über Flyer, klassische Pressearbeit sowie die sozialen Medien wurde das Projekt Dia Engel immer bekannter – bei Nutzern wie bei potenziellen Ehrenamtlichen.

„Ich habe auf Facebook von der Suche nach Ehrenamtlichen gelesen und mich gemeldet“, erinnert sich Sandra Wagner-Scherer. Die Sozialpädagogin nahm Kontakt auf und bot ihre Hilfe an, am Telefon und auch im Büro. Nun ist sie seit dreieinhalb Jahren Teil des Teams. „So etwas wie die Dia Engel hätte mir damals gut getan“, meint sie. – „Was für ein Glück, dass wir Sandra haben“, sagt Thomas Damaschke, „sie kommuniziert mit den Firmen, schreibt, organisiert und macht das wirklich gut.“ Ihr Lohn ist das Vernetztsein mit Menschen, die mit Diabetes leben, in ganz Deutschland. Und das gute Gefühl, helfen zu können.

#### WICHTIGE MEILENSTEINE ERREICHT

Am 18. März 2021 wurde aus dem Projekt Dia Engel der eingetragene Verein Dia Engel e.V. Seit dem 24. August 2021 ist der Verein als gemeinnützig anerkannt. Nach Abschluss der heißen Phase der Pandemie waren endlich Treffen vor Ort möglich und prägen seitdem das Vereinsleben – seien es Gruppentreffen der Kinder- und Jugendgruppen, seien es Treffen der Erwachsenen. Am 20. Oktober 2022 wurden die Aktiven auf der Diabetes-Charity-Gala der Deutschen Diabetes-Hilfe für ihr Engagement in Berlin geehrt.

So fanden sich mehr und mehr Sponsoren, die den Verein weiter unterstützen und voranbringen. Nachdem

das Diabeteszentrum Bad Lauterburg anregte, ein Online-Verzeichnis mit Anlaufstellen für Menschen mit Diabetes in ganz Deutschland aufzubauen, entstand ein solches – genannt Dia-Kompass. Er ging unter der Adresse [www.dia-kompass.de](http://www.dia-kompass.de) am 5. Januar 2023 online. Besonders auf Menschen mit Diabetes zugeschnittene Unternehmen, pädagogische Einrichtungen, Gaststätten und mehr können seitdem das Prädikat „diabetesfreundlich“ erhalten und im Dia-Kompass damit gekennzeichnet werden. Seit dem 4. Januar 2024 gibt es zudem die Dia-Engel-App fürs Smartphone – mit allen wichtigen Informationen, Veranstaltungen, Kontaktdaten und Podcast-Folgen der Dia-Engel. Sowohl der Dia-Kompass als auch die Dia-Engel-App und die Telefonhotline stehen kostenlos zur Verfügung.

### DIE ROLLE DER PODOLOGIE

Ohne den Support von Unternehmen, Privatpersonen, die Mitglieder werden mehr oder einmalig spenden, wäre das nicht möglich, wissen Thomas und Doreen Damaschke. Sie sind allen, die sich beteiligen, dankbar, denn: „Alles, was wir einnehmen, kommt Menschen mit Diabetes – vor allem Kindern und Jugendlichen – zugute“, verrät Thomas Damaschke. Dann sagt er, was noch auf seiner Wunschliste für den Verein steht: „Wir hätten gerne mehr Eintragungen von Podologinnen und Podologen im Dia-Kompass.“ Für einen Jahresbeitrag von 25 Euro bekommen Podolog:innen (und andere Unternehmer mit Diabetes-Expertise) einen Eintrag im Verzeichnis. Dort erfahren Patient:innen mit wenigen Klicks, wo man sich mit viel Expertise in Sachen Diabetes um ihre Füße kümmert. Sowohl Thomas Damaschke als auch Sandra Wagner-Scherer nutzen seit langem regelmäßig die medizinische Fußpflege und die Podologie. Sie wissen, wie wichtig es für die Lebensqualität ist, Haut und Nägel gesund zu erhalten und Entzündungen, Ulzerationen und dadurch möglichen Am-

putationen vorzubeugen. Und sie haben selbst viel Fuß-Wissen gesammelt. Aktuell verteilen rund 50 podologische Praxen, verteilt in ganz Deutschland, Flyer und andere Informationen über Dia Engel e. V., berichtet Thomas Damaschke. „Auch an Autos bringen viele unsere Aufkleber an, das freut uns sehr“, ergänzt er. Denn wo die „Nummer gegen den Diabetes-Kummer“ veröffentlicht wird, ist die Chance groß, dass sie jemand erreicht, der gerade Ansprache braucht. Im Gegenzug haben alle Unterstützer:innen die Möglichkeit, Insider-Informationen über das Leben mit Diabetes zu erhalten, ihre Fachkunde und ihr Praxisprofil zu stärken.

### VIELE BEGEGNUNGEN MÖGLICH

Wenn die Dia Engel sich live und in Farbe treffen, sind Podolog:innen willkommen. Gelegenheiten zum Kennenlernen gibt es immer mehr: Zu den ersten Gruppen für Kinder und Jugendliche mit Diabetes in Duisburg und Lünen haben sich zahlreiche andere gesellt, auch abendliche Stammtische. Ob am Bodensee, in München oder an der Nordsee.

Regelmäßig gibt es in Zusammenarbeit mit Unternehmen Patient:innen-Schulungen, zum Beispiel zur Glukosemessung. Zusätzlich ist es möglich, das Dia-Engel-Team auf Diabetes-Fachtagungen oder bei Gesundheitstagen in Kliniken oder Apotheken kennenzulernen. Speziell für Kinder und Jugendliche gibt es das Angebot „Kochen mit Andreas“, Kochkurse bei Ernährungsberater Andreas Wartha in Düsseldorf. Zusätzlich laden die Dia Engel weiterhin regelmäßig zu Online-Schulungen und Online-Meetings ein. So können alle teilnehmen, die besonders weit weg wohnen, nicht mobil sind oder wenig Zeit haben.

### ÜBERRAGENDES FEEDBACK

Doreen Damaschke, die im Juni ihre Ausbildung zur Medizinischen Fachangestellten beenden wird und da-

nach eine Ausbildung zur Notfall-sanitäterin

machen möchte, freut sich über die weiten Kreise, die ihre Idee gezogen hat. „Und ich bin froh, dass mein Vater so viel macht und kein langweiliger Rentner geworden ist“, meint sie lachend.

Thomas Damaschke zählt die Stunden nicht, die er auf sein Ehrenamt verwendet – aber es erfüllt ihn und macht ihm Spaß. Und immer wieder melden sich Patient:innen und bedanken sich für Rat und Hilfe. „Erst neulich rief jemand aus Berlin an und meinte: Dank euch habe ich keine Angst vor Unterzuckerung mehr, meine Blutzuckerwerte sind viel besser.“ Das gibt ihm Rückenwind, das lässt ihn weitermachen.

Sandra Wagner-Scherer bleibt ebenfalls mit im Boot – schließlich erhalten pro Jahr rund 600.000 Menschen in Deutschland die Diagnose Diabetes. Menschen, die lernen müssen, mit der chronischen Erkrankung zu leben. Und deren Chance auf ein langes, zufriedenes Leben mit dem Wissen und der Zahl der Unterstützer:innen deutlich steigt. ■

*Petra Plaum*

Anlaufstellen rund um Diabetes finden:  
[www.dia-kompass.de](http://www.dia-kompass.de)

Mehr über Dia Engel e.V. erfahren:  
[www.diaengel.de](http://www.diaengel.de)

Die Dia-Engel-App zum kostenlosen Download: App Store oder Google Play  
Kontakt für zukünftige Ehrenamtliche/  
Unterstützer:

Thomas Damaschke,  
Telefon: 0203-73 88 54 21,  
[damaschkethomas@web.de](mailto:damaschkethomas@web.de)  
Telefonnummer gegen Diabetes-  
Kummer (Mo. bis So., 10 – 22 Uhr)  
Tel. 0203-47 99 15 88