

## **Mit Zucker top im Job: Die meisten Berufe sind bei Diabetes kein Problem**

### **Berufstätig mit Diabetes: Das sollten Sie wissen**

Diabetes und Beruf: Ein Thema, bei dem es viele Fragen gibt – und viel Unsicherheit. Wir haben die wichtigsten Punkte für Sie zusammengestellt: von Berufswahl bis Schwerbehindertenausweis. Als Erich Prangers (Name von der Redaktion geändert) vor neun Jahren an Typ-1-Diabetes erkrankte, machte er sich mehr Sorgen um seinen Job als um seine Gesundheit. Denn der 43-Jährige war Polizeibeamter. „Ich fuhr Schnellboote und Mannschaftswagen“, sagt er, „außerdem trug ich eine Waffe. In der Klinik hieß es, dass ich das künftig nicht mehr dürfe – wegen der Unterzuckergefahr.“ Tatsächlich entzog ihm die zuständige Polizeiärztin seine dienstlichen Führerscheine. Doch acht Monate später durfte Prangers zurück ans Steuer – unter strengen Auflagen.

Unter anderem muss er seine Zuckerwerte lückenlos dokumentieren. So kann er beweisen, dass er seinen Diabetes im Griff hat und keine schweren Unterzuckerungen bekommt. „Auch die Waffe durfte ich unter diesen Bedingungen behalten“, sagt der Polizeihauptmeister.

Wäre Erich Prangers bereits als Kind oder Jugendlicher an Typ-1-Diabetes erkrankt – sein Traumjob als Polizist wäre für ihn vermutlich unerreichbar gewesen. Auch dass er heute, nach seiner Diagnose, weiter arbeitet wie zuvor – und nicht, wie viele Kollegen, in den Innendienst versetzt wurde –, ist eher die Ausnahme als die Regel. Denn nach wie vor gelten bestimmte Berufe (siehe unten) als ungeeignet für Menschen, die sich regelmäßig Insulin spritzen und deshalb ein erhöhtes Risiko für Unterzuckerungen haben. Wobei immer mehr Stimmen laut werden, die ein Umdenken fordern: Die Möglichkeiten der Diabetestherapie und Blutzuckerkontrolle haben sich in den vergangenen Jahrzehnten schließlich deutlich verbessert, das Risiko akuter Stoffwechsellentgleisungen ist beherrschbarer geworden. Dennoch tun sich für Menschen mit Typ-1- oder Typ-2-Diabetes regelmäßig viele Fragen auf, wenn es um Arbeit und Beruf geht. Die wichtigsten Informationen dazu haben wir für Sie zusammengestellt.

### **Berufswahl**

Mit Diabetes sind bis auf wenige Ausnahmen fast alle Berufe möglich. Jungen Menschen mit Typ-1-Diabetes empfiehlt Dr. Kurt Rinnert, Leiter des Betriebsärztlichen Dienstes der Stadt Köln, ihren Berufswunsch sicherheitshalber mit dem Diabetologen und mit einem Arbeitsmediziner zu besprechen. So lässt sich rasch klären, ob es im angestrebten Beruf Einschränkungen oder Auflagen für Diabetiker gibt. Bei Berufen mit erhöhter Unfallgefahr, wie etwa Gerüstbauer oder

Kranfahrer, muss man in der Regel nachweisen, dass der Diabetes gut eingestellt ist und keine Probleme mit Unterzuckerungen bestehen.

Besonders problematisch wird es, wenn man als LKW- oder Busfahrer arbeiten möchte. Denn wer am Steuer eine Unterzuckerung erleidet, gefährdet nicht nur die eigene Gesundheit. Derzeit gilt deshalb: Wer Insulin spritzt, bekommt den LKW- oder Busführerschein nur mit Auflagen bewilligt. Dazu wird mindestens alle zwei Jahre ein ärztliches Gutachten verlangt. Verschlechtert sich die Blutzuckereinstellung oder das Sehvermögen, etwa infolge eines diabetesbedingten Netzhautschadens, kann die Fahrerlaubnis wieder entzogen werden.

### **Nur wenige Tabu-Jobs bei Typ-1-Diabetes**

Polizist zu werden ist für junge Menschen mit Typ-1-Diabetes bislang kaum möglich. Das Risiko, dass es infolge einer Unterzuckerung zu einer Bewusstseinsstrübung kommen könnte, wird als zu hoch eingeschätzt – immerhin tragen Polizeibeamte Waffen oder steuern Fahrzeuge mit Sondersignal durch den Verkehr. Auch Berufe wie Pilot, Kapitän oder Fluglotse bleiben wegen der hohen gesundheitlichen Anforderungen meist verwehrt. Berufe, in denen regelmäßig Ganzkörperanzüge getragen werden müssen – etwa als Berufstaucher oder bei der Arbeit in einem Sicherheitslabor – sind bei Typ-1-Diabetes problematisch. Der Grund: Im Fall einer Unterzuckerung kann man sich nicht schnell genug helfen.

### **Bewerbung**

Wer ein Bewerbungsschreiben aufsetzt, muss seinen Diabetes darin nicht erwähnen. Auch nicht im Vorstellungsgespräch. Das gilt aber nur, wenn der Diabetes die geplante Tätigkeit nicht direkt betrifft. Das wäre etwa der Fall, wenn jemand häufig unterzuckert und sich um eine Stelle bewirbt, bei der er gefährliche Maschinen bedient – oder in großer Höhe über Dächer und Gerüste turnt. Diabetes oder andere Krankheiten muss man grundsätzlich nur angeben, wenn zu erwarten ist, dass man die angestrebte Tätigkeit deswegen nicht ausüben kann oder sich und andere gefährdet. Ansonsten darf man sie selbst auf Nachfragen verschweigen. Wer seinen Diabetes ansprechen möchte, sollte das erst gegen Ende des Vorstellungsgesprächs tun. Am besten kurz und souverän. Weitschweifige Erläuterungen könnten den Eindruck erwecken, der Diabetes sei ein kompliziertes und beherrschendes Thema. Man sollte dem Personalchef einfach sagen, dass man Diabetes hat und dass es damit keine Probleme gebe. Eventuell noch mit einem Hinweis, dass man infolge des Diabetes früh gelernt hat, diszipliniert und verantwortungsvoll zu handeln. Was ja für die angestrebte Position durchaus ein Vorteil sein kann.

### **Einstellungsuntersuchung**

Viele Firmen verlangen eine Einstellungsuntersuchung. Am besten legt man dem Betriebsarzt sein Diabetestagebuch vor, aus dem die gute Blutzuckereinstellung hervorgeht. Auch ein Attest des Diabetologen kann helfen, den Betriebsarzt zu überzeugen. Auch bei der Einstellungsuntersuchung müssen Sie den Diabetes von sich aus nur ansprechen, wenn er für die geplante Tätigkeit von Belang sein könnte.

Solange der Betriebsarzt nicht von der Schweigepflicht entbunden ist, darf er dem potenziellen Arbeitgeber übrigens nur mitteilen, ob man für die angestrebte Tätigkeit gesundheitlich geeignet ist. Die Diagnose darf er nicht weitergeben.

## **Diabetes am Arbeitsplatz**

Wer zu Unterzuckerungen neigt, sollte zumindest die engeren Kollegen darüber informieren, wie sich diese bemerkbar machen und wie sie helfen können. Man sollte die Kollegen auch fragen, ob sie das Zuckermessen oder Insulinspritzen stört. Falls ja, sollte man das möglichst diskret erledigen – zum Beispiel im Pausenraum. Dies kann der Arbeitgeber übrigens sogar verlangen, zum Beispiel, wenn er befürchtet, Kunden könnten durch das Hantieren mit Blutzuckermessgerät oder Insulinpen irritiert werden. „Extrapausen“ für die Zuckerkontrolle oder die Insulinspritze gibt es allerdings keine.

## **Schwerbehindertenausweis**

Für viele Diabetiker eine ungelöste Frage: Wie sinnvoll ist es, einen Schwerbehindertenausweis zu beantragen? Auf den ersten Blick bietet er immerhin einige Vorteile. Zum Beispiel einen besonderen Kündigungsschutz, den Anspruch auf fünf Tage Zusatzurlaub und die Möglichkeit, früher in Rente zu gehen (abhängig vom Jahrgang bereits ab dem 63. Geburtstag).

Bei der Suche nach einem Job oder Ausbildungsplatz ist man ohne Ausweis in den meisten Fällen allerdings besser beraten. Viele Betriebe zahlen lieber eine Ausgleichsabgabe, als den gesetzlich vorgeschriebenen Anteil an Schwerbehinderten einzustellen. Den Ausweis in einem solchen Fall einfach zurückgeben und damit „rückgängig“ machen geht zwar nicht. Wer ihn besitzt, ist aber nicht verpflichtet, dies dem Arbeitgeber mitzuteilen. Und dieser darf auch nicht danach fragen. Macht er es trotzdem, ist lügen erlaubt. Was aber einen Haken hat: Die Vorteile des Ausweises lassen sich natürlich nur nutzen, wenn der Arbeitgeber darüber informiert ist. Einen automatischen Anspruch auf einen Schwerbehindertenausweis gibt es für Diabetiker nicht. Man bekommt ihn auf Antrag vom Versorgungsamt, wenn man einen „GdB“ (Grad der Behinderung) von 50 Prozent nachweisen kann.

Der GdB hängt von verschiedenen Faktoren ab – etwa davon, wie häufig man Insulin spritzt und wie stark man durch den Diabetes im Alltag beeinträchtigt ist.

## **Diabetes und Schwerbehinderung**

Unter welchen Voraussetzungen bekommen Diabetiker einen Schwerbehindertenausweis?

Wer einen GdB von 30 oder 40 erreicht, bekommt keinen Schwerbehindertenausweis, kann aber bei der Agentur für Arbeit die „Gleichstellung“ mit einem Schwerbehinderten beantragen. Dann profitiert man zumindest von einem erhöhten Kündigungsschutz: Ebenso wie Diabetikern mit Schwerbehindertenausweis darf Gleichgestellten nur nach Zustimmung des Integrationsamts gekündigt werden. Wichtig: Wer eine Kündigung befürchtet, sollte den Schwerbehindertenausweis oder die Gleichstellung zügig beantragen. Denn der besondere Kündigungsschutz gilt nur, wenn man den Antrag mindestens drei Wochen vor Zugang der Kündigung gestellt hat. Für den Antrag auf Gleichstellung benötigt man den GdB-Bescheid des Versorgungsamtes. Man muss außerdem damit einverstanden sein, dass die Agentur für Arbeit den Arbeitgeber zur Arbeitsplatzsituation befragt. Sonst kann der Antrag abgelehnt werden.

Liegt die Kündigung im Briefkasten, bleiben drei Wochen Zeit, um Klage beim Arbeitsgericht einzureichen.

## **Verbeamtung trotz Diabetes?**

Eine Verbeamtung ist bei Diabetes grundsätzlich möglich. Vorausgesetzt, die Blutzuckerwerte sind gut eingestellt und es liegen keine Folgekrankheiten vor: Das Risiko, vor Eintritt des Rentenalters dienstunfähig zu werden, darf nicht erhöht sein. Auch wenn es paradox klingt: Ein Schwerbehindertenausweis kann die Chancen auf eine Verbeamtung unter Umständen sogar verbessern. Denn Schwerbehinderte dürfen laut Gesetz verbeamtet werden, wenn in einer „absehbaren Zeit“ (je nach Bundesland meist fünf bis zehn Jahre) nicht mit einer Dienstunfähigkeit zu rechnen ist.

## **Diabetesdiagnose im Berufsleben**

Wer mitten im Berufsleben Diabetes bekommt, sollte zunächst mit seinem Diabetologen besprechen, ob es im Arbeitsalltag Probleme geben könnte – etwa weil Insulininjektionen notwendig werden oder weil infolge der Diabetestherapie das Risiko für Unterzuckerungen steigt. Idealerweise sucht man auch das Gespräch mit dem Betriebsarzt. Aus Angst um ihren Arbeitsplatz vermeiden viele Betroffene jedoch ein offenes Gespräch. Denn was passiert, wenn der Betriebsarzt die Eignung für den Beruf plötzlich in Frage stellt und dies dem Chef mitteilt? „Es ist wichtig, dass Betriebsärzte mögliche Unterzuckerungen nicht mehr als pauschales K.-o.-Kriterium für bestimmte Jobs bewerten, sondern die Eignung individuell beurteilen“, sagt Rinnert. Befürchtet man Schwierigkeiten, können auch Vertrauenspersonen wie der Betriebsrat oder, falls vorhanden, die Schwerbehindertenvertretung weiterhelfen. Auf Streife mit Diabetes Typ 1

Dass gut eingestellte Diabetiker, die sich umsichtig verhalten, auch in riskanteren Jobs arbeiten können, beweist Erich Prangers. Der Polizeihauptmeister mit Typ-1-Diabetes fährt weiterhin Einsätze mit Blaulicht und Sirene. Vor Kurzem wurde er wegen seiner langjährigen Erfahrung sogar zum Ausbilder auf Schnellbooten ernannt. Dass ihm der Diabetes bei der Arbeit nicht dazwischenfunkt, hat er schließlich längst bewiesen. „Um meinen Job mache ich mir keine Sorgen mehr. Zumindest nicht wegen des Diabetes“, sagt Erich Prangers. Sein Wunsch: Dass er kein Einzelfall bleibt und künftig mehr Polizisten mit Diabetes ihren Dienst weiter leisten dürfen. Gute Zuckerwerte natürlich vorausgesetzt!

## **Beruf und Diabetes: Hilfreiche Adressen**

diabetesDE: Kostenlose Rechtsberatung für Mitglieder  
[www.diabetesde.org/ueber\\_diabetes/recht\\_und\\_soziales/kostenlose\\_rechtsberatung](http://www.diabetesde.org/ueber_diabetes/recht_und_soziales/kostenlose_rechtsberatung)

Sozialverbände VdK, SoVD: Für Mitglieder Beratung in allen sozialen

## **Fragen, Hilfe beim Antrag auf Schwerbehinderung, Unterstützung im**

Widerspruchsverfahren und vor Gericht mit Kostenbeteiligung ([www.vdk.de](http://www.vdk.de), [www.sovd.de](http://www.sovd.de)) / Rechtsberatung des Deutschen Diabetiker-Bundes: Für Mitglieder erste mündliche Beratung kostenlos ([www.diabetikerbund.de](http://www.diabetikerbund.de)) / Anwälte finden Sie zum Beispiel unter [www.anwalt-suchservice.de](http://www.anwalt-suchservice.de), / [www.anwaltverein.de](http://www.anwaltverein.de), [www.brak.de](http://www.brak.de) / Versorgungs- & Integrationsämter: Unter [www.versorgungsaeamter.de](http://www.versorgungsaeamter.de), / [www.integrationsaeamter.de](http://www.integrationsaeamter.de) (auf "Kontakt" klicken) / [www.diabetes-ratgeber.net](http://www.diabetes-ratgeber.net) ist nicht verantwortlich und übernimmt keine Haftung für die Inhalte externer Internetseiten Daniela Pichleritsch / Diabetes Ratgeber; 07.01.2014, aktualisiert am 20.01.2014 ■