



Pressebericht vom 22. Oktober 2011

Herbstkongress 2011 an der Diabetes-Akademie

Zahlreiche Referenten im gut besuchten Hörsaal der Diabetes-Akademie

Am vergangenen Wochenende fand der Herbstkongress an der Diabetes-Akademie Bad Mergentheim statt. Namhafte Referenten aus ganz Deutschland boten eine breite Palette an diabetesrelevanten Themen. Der bekannte Münchner Ernährungswissenschaftler Dr. Nikolai Worm, vor allem bekannt für sein Prinzip der Logi-Diät, sprach zum Thema „Vitamin D“. Dieses Vitamin ist mehr als nur für die Knochengesundheit wichtiges Vitamin. Es ist ein sogenanntes fettlösliches Vitamin, das daher in der Nahrung nur ungenügend vorkommt. Dennoch beeinflusst Vitamin D zahlreiche Stoffwechselfvorgänge und Vitamin D-Mangelzustände können viele Erkrankungen unter anderem Krebs oder Herz-Kreislaufkrankungen begünstigen. Genügend Vitamin D bekommt man jedoch nur im Sommer, wenn durch die Sonneneinstrahlung Vitamin D in der menschlichen Haut gebildet wird. 15 Minuten Besonnung, allerdings der gesamten Haut, reichen hierfür aus. „Sonnen Sie sich kurz, knackig und vor allem nackig“, so der Referent. In den Wintermonaten jedoch kommt es in der Regel in Deutschland zu einem Mangel an Vitamin D, so dass hier ein Vitamin D-Ersatz in Form von Tabletten stattfinden sollte. Allerdings sollte dies in Absprache mit dem Arzt erfolgen, der auch den Vitamin D-Spiegel bestimmen kann, um die richtige Dosis auszuwählen.

Über Erkrankungen der Hirnanhangdrüse und der Nebennieren sprach der Würzburger Endokrinologe Professor Bruno Allolio. Besonders Diabetiker haben begleitend zum Diabetes auch eine Schwäche der Nebennieren, so dass das wichtige Stoffwechselformon Kortisol nicht mehr gebildet werden kann. Diese Patienten sind müde, leistungsarm und benötigen sehr wenig Insulin, weil das Gegenspielhormon Kortisol fehlt. Wenn dies in der ärztlichen Routine nicht auffällt, so kann es zu krisenhaften, schweren Erkrankungen, der sogenannten Addison-Krise kommen. Dies führt in der Regel zu einem sehr schweren Krankheitsbild, das auf der Intensivstation behandelt werden muss. Treten solche Symptome vorwiegend bei einem Typ 1-Diabetes mellitus auf, so sollte man an die Nebennierenschwäche denken, so Professor Allolio in seinem Vortrag.

Über Diabetes und Depression sprach der Leiter des Forschungsinstituts FIDAM in Bad Mergentheim, Professor Norbert Hermanns. Die Depression und der Diabetes haben viel

miteinander zu tun, denn mehr als ein Drittel aller Diabetiker haben depressive Erscheinungsbilder. Es gehört daher zur Routine, bei Menschen mit Zuckerkrankheit, nach einer Depression zu forschen. Hierzu gibt es einen simplen Fragebogen, der in jedem „Gesundheitspass Diabetes“ abgedruckt ist. Solche „Gesundheitspässe Diabetes“ erhält man in allen gängigen Diabetes-Shops, wie beispielsweise bei DiaExpert in Bad Mergentheim. Ist eine Depression vorhanden, so muss dies auch konsequent behandelt werden. Entweder mit Medikamenten oder durch eine psychologische Mitbetreuung.

Einen besonders interessanten Vortrag hielt Professor Bernhard Schwaab aus Bernried am Starnberger See. Er sprach über die Trainingssteuerung bei Menschen mit Diabetes und Herz-/Kreislauferkrankungen. Hier sei eine besondere Sorgfalt geboten, da Menschen mit Diabetes sehr leicht in ein Training unter anaeroben Bedingungen geraten können und dies wird sehr schnell gefährlich. Daher sollte vor jedem Training bei dieser Patientengruppe eine sorgfältige ärztliche Untersuchung erfolgen.

Ein weiterer sehr interessanter Vortrag, nach Ansicht des Tagungsleiters Professor Thomas Haak vom Diabetes Zentrum Mergentheim, hielt der Stuttgarter Lungenfacharzt Dr. Alexander Rupp. Er erläuterte, wie eine erfolgreiche Raucherentwöhnung in der Praxis funktioniert. Das Hauptproblem bei der Nikotinabhängigkeit ist die Abhängigkeit vom Nikotin und die Gewöhnung an das Rauchverhalten. An diesen beiden Phänomenen muss man gezielt arbeiten. Die Abhängigkeit muss durch eine Verhaltensänderungen und die Gewöhnung durch eine medikamentöse Entzugstherapie, für die es gute Pharmaka gibt, behandelt werden.

Insgesamt war der Herbstkongress eine runde Veranstaltung und auch die letzte ärztliche Fortbildung in diesem Jahr.

Am 3. Dezember schließt der Fortbildungsbetrieb der Diabetes-Akademie mit dem Nikolaus-Seminar für Typ 1-Diabetiker das Jahr 2011 ab. Informationen hierzu erhalten Sie bei der Diabetes-Akademie.