



Pressebericht vom 29. Juni 2013

26. Langzeitdiabetikertreffen an der Diabetes Akademie Bad Mergentheim

Nachlassende Gedächtnisleistung ist vermeidbar

Am vergangenen Wochenende trafen sich knapp 200 Teilnehmer mit Diabetes mellitus an der Diabetes Akademie zum 26. Langzeitdiabetikertreffen. Zu dieser Veranstaltung sind nur Menschen mit einer mindestens 30-jährigen Diabetesdauer zugelassen. Auf diese Weise kamen in der Summe mehr als 8000 Jahre Leben mit Diabetes zusammen. Ziel des Langzeitdiabetikertreffens ist es immer, die neuesten Informationen zum Diabetes zu erhalten und sich untereinander auszutauschen. Ein Schwerpunktthema der diesjährigen Veranstaltung war die nachlassende Leistung des Gedächtnisses. Hauptreferent war der Diplom-Psychologe Dr. Hartmut Lehfeld von der Gedächtnisambulanz des Klinikum Nürnberg-Nord. „Nicht alles was mit Vergesslichkeit zu tun hat, ist auch gleich eine Alzheimer-Erkrankung“, machte der Referent deutlich. Eine nachlassende Leistung, vor allen Dingen des Kurzzeitgedächtnisses, gehöre zum Alterungsprozess einfach dazu. Erst wenn die Gedächtnisleistung dazu führt, dass das Alltagsleben nicht mehr bewältigt werden kann, liegt ein krankhafter Zustand vor. Ob dies der Fall ist, kann man in einer Gedächtnissprechstunde, die es mittlerweile flächendeckend in Deutschland gibt, überprüfen lassen. Allerdings sollte man es gar nicht so weit kommen lassen, denn es gibt gute Strategien, um das Gedächtnis auch im Alter leistungsfähig zu erhalten. Selbst im hohen Alter, so neueste wissenschaftliche Erkenntnisse, ist es möglich, neue Gehirnzellen zu aktivieren, bzw. zu bilden. Die wichtigsten Strategien zum Erhalt des Gedächtnisses ist eine Mischung aus körperlicher Aktivität, Sport und Gedächtnistraining. Beispiele für Gedächtnistraining finden sich zahlreich im Alltag. So kann man versuchen, ohne Einkaufszettel einkaufen zu gehen, mehrere Dinge nacheinander in der richtigen Reihenfolge zu erledigen, zu lesen, Sudoku oder Kreuzworträtsel zu machen. Auch gibt es mittlerweile Computerprogramme, mit denen das Gedächtnis aktiv trainiert werden kann und mit denen man auch den Erfolg eines solchen Trainings messen kann. Am Nachmittag war es an der Diabetes Akademie möglich, zusammen mit der Gedächtnistrainerin Margarete Braun an einem solchen Gedächtnistraining teil zu nehmen.

Weitere Referenten des Tages war der Mainzer Prof. Thomas Forst, der über neue Insuline mit besseren Eigenschaften sprach. Auch die Diabetestechologie kam an diesem Tag nicht

zu kurz. So referierte der leitende Oberarzt Dr. Bernhard Lippman-Grob über die neueste Generation von Insulinpumpen und Glucosesensoren. Abgerundet wurde das Programm mit Vorträgen und Workshops, wie man den Diabetes im Einklang mit anderen Familienmitgliedern gestaltet. Hier war es vor allen Dingen Privatdozent Dr. Bernd Kulzer vom Diabetes Zentrum Mergentheim, der die Workshops leitete. Insgesamt war es eine gelungene Veranstaltung, die es in dieser Weise zwar in den USA am „Joslin Diabetes Center“ gibt, aber nicht in einer vergleichbaren Art in Deutschland. Höhepunkt der Veranstaltung war die Ehrung der Menschen mit einer besonders langen Diabetesdauer. So feierten zahlreiche Teilnehmer 40., 50. und 60. Geburtstag ihres Diabetes. Nachdem vor kurzem der älteste Mensch mit Diabetes in Deutschland, der über 86 Jahre Diabetes ohne Folgeschäden hatte, verstorben war, wird der aktuelle Rekord von Hans-Jürgen Klatt gehalten, der seit 76 Jahren Typ-1 Diabetes hat.

Die nächste Veranstaltung an der Diabetes Akademie ist das Pumpenkolloquium am 28. September 2013 und der Kinder- und Jugendtag am 12. Oktober 2013. Informationen hierzu erhalten Sie unter www.diabetes-akademie.de oder Telefon: 07931-8015.