



*Pressemeldung zum Nikolausseminar 2017*

## **180 Teilnehmer bei Nikolausseminar an der Diabetes-Akademie**

Am vergangenen Wochenende fand die Abschlussveranstaltung des Jahres 2017 an der Diabetes-Akademie statt. Insgesamt waren über 4000 Teilnehmer im Jahre 2017 zu den Seminaren und Tagungen an die Akademie gekommen. „Dies ist eine stattliche Anzahl, wenn man bedenkt, dass es heute viele Fortbildungsmöglichkeiten über die Medien und insbesondere das Internet gibt“, sagte der Vorsitzende der Diabetes-Akademie Prof. Thomas Haak und zeigte sich mit dem Ergebnis sehr zufrieden.

Digitalisierung und Datenmanagement war auch eines der Hauptthemen an der Nikolaustagung. Mittlerweile verwenden vielen Patienten kontinuierliche Glukosemesssysteme. Diese garantieren eine Vielzahl von Daten, die mit entsprechenden Auswerteprogrammen und Apps dann graphisch dargestellt werden können. Dr. Dominik Ehrmann, wissenschaftlicher Mitarbeiter am Forschungsinstitut FIDAM in Bad Mergentheim erläuterte, wie man mit der Datenmenge vernünftig umgeht. Entscheidend ist, dass man die Daten systematisch analysiert und nach Mustern sucht. Muster sind immer wiederkehrende Abläufe des Zuckers. Anhand der Muster kann man dann unerwünschte Blutzuckerverläufe erkennen und entsprechend korrigieren. Doch dieses systematische Vorgehen will gelernt sein. Aus diesem Grunde empfiehlt es sich, dass Patienten, die solche Systeme benutzen entsprechend geschult werden. Ein Schulungsprogramm hierfür wurde unlängst an der Diabetes-Akademie vorgestellt.

## **Schicke Diät, kranker Patient**

Über Gefahren einer einseitigen Ernährung durch falsche Diäten sprach die Ernährungswissenschaftlerin Dr. Astrid Tombek vom Diabetes Zentrum Mergentheim. „Wir können schon darauf warten, dass Anfang Januar wieder viele

Diätvorschläge in der Boulevardpresse auftauchen werden“, mutmaßt Dr. Astrid Tombek. Diese Versprechen dann drastische Gewichtsreduktionen von vielen Kilos in wenigen Tagen. Dass dies falsch ist und keinen dauerhaften Erfolg bringt, zeigte die Referentin anhand einiger Beispiele. Sie empfahl bei Übergewicht keine drastischen Lebensstiländerungen, da diese zumeist nicht dauerhaft einzuhalten sind. Vielmehr empfahl Sie die 20:80-Regel: 20 % des Gewohnten ändern, 80 % des Gewohnten beibehalten war ihr Credo. Manchmal ist einfaches Kalorienzählen schon ausreichend. Unterstützt werden können manche Diäten auch durch sogenannte Formula-Diäten, bei der Mahlzeiten durch ein Ernährungspulver ersetzt werden. Zumindest für den Beginn einer Gewichtsreduktion erscheint dies hilfreich.

### **Mit Diabetes im Krankenhaus**

Aus Heidelberg war Privatdozent Dr. Erhard Siegel nach Bad Mergentheim gekommen. Er ist ein erfahrener Spezialist im Gebiet der Betreuung von Menschen mit Diabetes im Krankenhaus. Schlecht eingestellte Diabetiker haben ein sehr viel höheres Risiko länger im Krankenhaus bleiben zu müssen und Komplikationen zu bekommen, als gut eingestellte Menschen mit Diabetes. Ein hoher Blutzucker führt zur Austrocknung des Körpers und damit zu einer erhöhten Neigung zu Thrombosen und Lungenembolien im Rahmen operativer Eingriffe. Auch ist die Gefahr von Krankenhausinfektionen bei schlecht eingestellten Menschen mit Diabetes höher, da das Immunsystem durch einen hohen Blutzucker geschwächt ist. Daher empfahl er den Betroffenen, planbare Operationen nur bei guter Stoffwechseleinstellung und in enger Absprache zwischen Operateur, Anästhesist und Patient durchführen zu lassen. Außerdem empfahl er beim Auswählen der geeigneten Klinik darauf zu achten, dass die Klinik sich mit der Betreuung von Menschen mit Diabetes gut auskennt. Die Deutsche Diabetes Gesellschaft vergibt für solche Kliniken sogar ein Gütesiegel und man kann gezielt nach solchen Kliniken auf der Internetseite der Deutschen Diabetes Gesellschaft unter [www.deutsche-diabetes-gesellschaft.de](http://www.deutsche-diabetes-gesellschaft.de) suchen.

Am Nachmittag hatten die Teilnehmer die Gelegenheit in Workshops im Wissen Rund um den Diabetes aufzufrischen. Dabei ging es auch um das wichtige Thema

Diabetes und Partnerschaft, das von der Nachwuchswissenschaftlerin Olga Herb vom Diabetes Zentrum Mergentheim brillant aufgearbeitet wurde.

Damit endete die Fortbildungssaison 2017 an der Diabetes-Akademie Bad Mergentheim. Das Programm für die Fortbildungen 2018 ist bereits fertiggestellt und kann in Kürze bei der Geschäftsstelle der Diabetes-Akademie und im Internet unter [www.diabetes-akademie.de](http://www.diabetes-akademie.de) eingesehen werden.

TJH