



## Marathon: Diabetes läuft

Die Grazer Diabetesforschung setzt auf sportliche Aktivität und untersucht dabei die richtige Insulindosierung.

### „Diabetes läuft – Diabetes ist kein Hindernis“ im Rahmen des Graz Marathons

Aktuellen Schätzungen zufolge leiden bereits mehr als 400 Millionen Menschen weltweit an Diabetes mellitus, was die Krankheit zu einer der häufigsten Stoffwechselerkrankungen macht. An der Medizinischen Universität Graz beschäftigt man sich daher in einer Reihe innovativer Forschungsprojekte mit neuen Therapieansätzen zur Verbesserung der Blutzuckerkontrolle, Reduktion des Komplikationsrisikos sowie der Erleichterung im Umgang mit der Erkrankung im Alltag.

#### Grazer Diabetesforschung: Richtige Insulindosierung bei sportlicher Aktivität

Auch wenn körperliche Aktivität ein Schlüsselement in der Therapie der Zuckererkrankung ist, hält sich die Zahl von wissenschaftlichen Arbeiten zur Anpassung der Insulindosierung insbesondere neuer Insuline bei körperlicher Aktivität leider in Grenzen. Jedoch sind evidenzbasierte Empfehlungen zur Insulindosisanpassung essentiell, um einerseits unnötig hohe Blutzuckerwerte im Rahmen der körperlichen Aktivität zu vermeiden, andererseits niedrige Blutzuckerwerte (Hypoglykämien) während oder nach der Bewegungseinheit vorzubeugen.

Im Rahmen einer Studie an der Medizinischen Universität Graz (Klinische Abteilung für Endokrinologie und Diabetologie) in Kooperation mit der Karl-Franzens-Universität Graz (Forschungsgruppe Sportphysiologie, Trainingswissenschaften und Trainingstherapie), FH Joanneum – University of Applied Sciences und der University of Swansea, UK wurde die notwendige Insulindosisreduktion eines neuen, ultralangwirksamen Basalinsulins bei regelmäßiger körperlicher Aktivität (täglich eine Stunde Fahrradergometertraining an 5 hintereinander folgenden Tagen) untersucht. Es konnte gezeigt werden, dass eine Reduktion des Basalinsulins um 25% vor Beginn der Trainingswoche zu einer signifikanten Verbesserung der Zeit im Blutzuckerzielbereich führt, im Vergleich zur Standardinsulindosis. (Moser O et al. Diabetes Obesity Metabolism 2018). Weitere Studien zu diesem Thema sind in Vorbereitung und beginnen Anfang 2019.

#### Diabetes läuft beim Graz Marathon

Am Sonntag, den 14.10.2018 wird im Rahmen des Graz Marathons ein Team aus 20 Personen der Klinischen Abteilung für Endokrinologie und Diabetologie teilnehmen, darunter auch 8 Personen mit Typ 1 Diabetes mellitus. Ziel dieser Aktion ist es nicht nur ein Zeichen für die Bewegung bei vorliegender Zuckerkrankheit zu setzen, sondern auch zu zeigen, dass das Vorliegen eines Diabetes mellitus Typ 1 kein Hindernis ist, an einem herausfordernden Event wie dem Graz Marathon, teilzunehmen. Gleichzeitig nehmen alle teilnehmenden Betroffenen auch an einer wissenschaftlichen Untersuchung teil, im Rahmen derer sie einer mehrmaligen Leistungsdiagnostik vor dem Marathon unterzogen werden, die Insulintherapieanpassungen dokumentiert und der Blutzuckerverlauf während des Laufereignisses registriert wird. Diese Daten sollen dazu dienen, in Zukunft gezieltere Empfehlungen zur Insulintherapie im Rahmen solcher Events geben zu können.

Weitere Informationen:

Assoz.-Prof. PD Dr. Harald Sourij

Klinische Abteilung für Endokrinologie und Stoffwechsel

Universitätsklinik für Innere Medizin

Medizinische Universität Graz

Tel.: +43 316 385 81310

ha.sourij(at)medunigraz.at

Presse-Information

*Tuesday, 09. October 2018*