Marathon: Typ 1 Diabetes

Diabetesmanagement bei sportlicher Aktivität: „Diabetes läuft – Diabetes ist kein Hindernis“ im Rahmen des Graz Marathons.

Grazer Diabetesforschung

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 sich daher eine Reihe innovativer Forschungsprojekte mit neuen Therapieansätzen zur Verbesserung der Blutzuckerkontrolle, Reduktion des Komplikationsrisikos sowie der Erleichterung im Umgang mit der Erkrankung im täglichen Alltag.

Diabetes läuft –im Rahmen des Graz Marathons

Am Sonntag, den 13.10.2019 hat, wie bereits in den letzten Jahren die Klinischen Abteilung für Endokrinologie und Diabetologie mit 24 Personen teilgenommen, darunter 15 Personen mit Typ 1 Diabetes mellitus. „Es ist uns wichtig, ein Zeichen zu setzen, dass auch belastende Sportereignisse für Menschen mit Diabetes mellitus machbar und möglich sind“, sagt Organisatorin des Abteilungsevents Mag.a Christina Unteregger. Alle 24 TeilnehmerInnen waren auch Teil einer klinischen Untersuchung, bei der das Insulinmanagement, der Blutzuckerverlauf mittels Glukosesensor und auch ein EKG-Monitoring vor/während und nach dem Marathon registriert wurden. „Die Betreuung war wie über die letzten Jahre hervorragend und es hat neuerlich unheimlich viel Spaß gemacht, an dem Ereignis teilzunehmen“, berichtet Markus Sauer, ein langjähriger Teilnehmer mit Typ 1 Diabetes, der heuer bereits an 9 Marathons in ganz Österreich teilgenommen hat.

Diabetesmanagement bei sportlicher Aktivität

Auch wenn körperliche Aktivität ein Schlüsselelement 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 unnotwendig hohe Blutzuckerwerte im Rahmen der körperlichen Aktivität zu vermeiden, andererseits niedrige Blutzuckerwerte (Hypoglykämien) während oder nach der Bewegungseinheit vorzubeugen. Im Rahmen von mehreren klinischen Studien an der Medizinischen Universität Graz werden aktuell gerade verschiedene Insuline während sportlicher Aktivität verglichen. „Wir wollen nicht nur die Vorzüge der einzelnen Insuline untersuchen, sondern auch gezieltere

Information zum Umgang mit der Dosisanpassung gewinnen, sodass wir in der Beratung der Betroffenen Personen evidenzbasiert vorgehen können“, sagt Harald Sourij, Leiter der Ambulanz für Diabetes, Lipid- und Stoffwechselkrankheiten. „Bewegung ist ein elementarer Bestandteil der Diabetestherapie, allerdings wird der professionellen Beratung hinsichtlich Training und dem Umgang mit Insulintherapie bisher zu wenig Beachtung geschenkt“ ergänzt Priv.-Doz. Dr. Othmar Moser, der gemeinsam mit Max Eckstein, Msc, Bsc und dem ärztlichen Team der Ambulanz für Diabetes, Lipid- und Stoffwechselkrankheiten die Schwerpunktambulanz für Diabetes, Bewegung und Sport betreut.

Wednesday, 23. October 2019