

Geballtes Wissen um Diabetes vermittelt

Diabetes-Tour in der Rheingoldhalle – Firmen und Organisationen präsentierten neueste wissenschaftliche Erkenntnisse

MAINZ. Dass auch Menschen, die an Diabetes erkrankt sind, sportlichen Erfolg haben können, beweist der Gewichtheber Matthias Steiner. Bei der ersten Diabetes-Tour in der Mainzer Rheingoldhalle erzählte der Goldmedaillengewinner am Wochenende, wie er mit der Krankheit umgeht. „Viel Stress ist Gift für Diabetiker“, betonte Steiner, „aber Sport, auch die Anstrengung vor den Olympischen Spielen, das ist für mich kein Stress, sondern etwas Positives.“

Zahlreiche Besucher, unter ihnen waren viele Diabetiker, drängten sich neugierig um den Informationsstand der Firma Accu-Check, an dem der bekannte Sportler Fragen beantwortete und Autogramme gab. Seit seinem 18. Lebensjahr leidet Steiner an Diabetes. „Damals habe ich gerade mit dem Leistungssport angefangen“, erzählte der Kraftsportler, „als ich von meiner Diabetes-Erkrankung erfuhr, brach für mich eine Welt zusammen.“



Vor Zuschauern wurden in der Rheingoldhalle diabetikergerecht gekocht. ■ Foto: Braun

Doch Steiner hat gelernt, mit Diabetes umzugehen: Er achtet auf seine Ernährung und spritzt sich regelmäßig Insulin. „Man braucht einfach nur die richtige Aufklärung“, fügte er hinzu. Daher begrüßt der Gewichtheber Veranstaltungen wie die Diabetes-Tour, die der Mainzer Kirchheim-Verlag erstmals organisiert hat. In Mainz fand die Tour

zum ersten Mal statt, am 29. November wird sie in Hannover ein weiteres Mal Station machen.

Wie auf einer Messe präsentierten bei der Diabetes-Tour in der Rheingoldhalle verschiedene Firmen und Organisationen die neuesten medizinischen Erkenntnisse sowie Therapiemöglichkeiten für Diabetiker. Die Kinzigtal-Kli-

nik aus Bad Soden-Salmünster etwa bereitete vor den Augen der Besucher vegetarische Gerichte zu. „Wir kochen gesund, lecker und schnell, das ist durchaus möglich“, sagte Wiebke Meisgeier. In ihrer Gemüse-Hirse-Pfanne verwendete sie Gemüsebrühe statt Salz.

Am Stand der Landesapothekerkammer konnte jeder

Messebesucher seinen Langzeitblutzuckerwert bestimmen lassen. „Das ist der Mittelwert des Blutzuckers der letzten drei Monate“, erläuterte die Apothekerin Elli Pauls, „wenn er zu hoch ist, also über 7 liegt, müssen Diabetiker die Therapie umstellen oder weniger Süßigkeiten essen.“

Der 83-jährige Diabetiker Heinz Kuntze ist mit solchen Messungen vertraut. „Der Wert wird auch jedes Quartal vom Arzt gemessen“, berichtet er. Da sein letzter Arztbesuch nun aber doch schon einige Wochen zurücklag, ließ auch er sich von den Apothekern auf der Messe den Blutzucker kontrollieren. Mit einer kleinen Pipette nahm Pauls vorsichtig einige Tropfen Blut aus seiner Fingerkuppe ab. Anschließend gab sie das Blut in das Messgerät, das nach nur wenigen Sekunden den Wert 5,9 anzeigte. Das sei ein unbedenklicher Wert, stellte Pauls fest und lobte den Diabetiker: „Da haben sie sich gesund ernährt in den letzten drei Monaten.“ (kwd)