Glosse

Kugelrund und doch gesund!?

Lieber rund und gesund statt schlank und krank. So lautete ein inoffizielles Fazit des diesjährigen Diabeteskongresses. Nach dreitägigen intensiven Diskussionen konnten sich die Experten in Sachen „Zuckerkrankheit“ auf diesen neuesten Stand des Irrtums einigen. Dem Paradigmenwechsel liegt die Erkenntnis zugrunde, dass der Diabetiker ein Gefangener oder besser gesagt ein Opfer seines Erbguts ist. Und daraus kann er sich nicht befreien, egal, was er tut oder auch sein lässt. Und deshalb sterben ja auch viele Menschen mit Diabetes verfrüht, obwohl sie sich an das halten, was wir ihnen bisher – vermeintlich evidenzbasiert – dringend empfohlen haben.

Doch was bedeutet das für unseren Alltag? Ob wir wollen oder nicht, wir müssen in Sachen Prävention komplett umdenken. Kulinarischer Sadismus bringt, wenn es um das Verhindern des Diabetes mellitus Typ 2 geht, ebenso wenig wie vermehrte körperliche Aktivität. Letztere kann man durchaus auf das Maß beschränken, das für die Nahrungsbeschaffung und Fortpflanzung zwingend notwendig ist.

Aber auch diejenigen unter uns, die diese Kehrtwendung (noch) nicht mitmachen wollen und an der herkömmlichen Präventionsstrategie unbedingt, ja dogmatisch festhalten wollen, müssen neue Wege gehen; denn die meisten Patienten tun ja genau das Gegenteil von dem, was wir ihnen ans Herz legen. Wenn wir also erreichen wollen, dass sie sich gesund ernähren, müssen wir ihnen gerade das gesunde Essen mit viel Gemüse und Obst verbieten. Und wer will, dass sie sich mehr bewegen, muss mit plakativen Äußerungen wie „Sport ist Mord“ oder „Turnen bringt Urnen“ warnende Worte finden. Und Sie werden erstaunt sein, wie die Pfunde purzeln, wenn Sie aus medizinischen Gründen eine Gewichtszunahme empfehlen!

Es wird wohl noch eine Zeit brauchen, bis wir uns in dieser neuen verkehrten Welt der Prävention zurechtgefunden haben und dann wahrscheinlich wieder alles genau umgekehrt machen sollen. Aber wir sollten unseren Patienten den neusten Stand des Irrtums auch nicht vorenthalten.

Dr. Peter Stiefelhagen, Hachenburg

Was sagt das Herz bei der Empfehlung einer Therapiemaßnahme? Und was sagt die Erfahrung? Oft stehen diese Stimmen der Evidenz diametral entgegen. Oh welche Verwirrung!

Weitere Infos auf springermedizin.de

Kongressdossiers

Springer Medizin bietet Berichterstattung von vielen nationalen und internationalen Fach-Kongressen in Wort, Bild und Video. So finden Sie ein Dossier mit Informationen vom Kongress der American Diabetes Association 2015 in Boston unter dem Stichwort „ADA 2015“ ▶ (5792374).

Die 50. Jahrestagung der Deutschen Diabetes Gesellschaft (DDG)

in Berlin stand unter dem Motto: Personalisierte Diabetologie „innovativ - individuell - nachhaltig“. Wir haben einige Highlights für Sie zusammengestellt. unter dem Stichwort „DDG-Jahrestagung 2015“ ▶ (5738302)

Auch gibt es eine Reihe von Berichten und Videointerviews vom

121. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Innere Medizin DGIM

in Mannheim unter dem Stichwort „DGIM 2015“ ▶ (5656778)

► Diese Dossiers finden Sie, indem Sie sie das Stichwort oder die (in Klammern gesetzte) ID-Nummer in das Suchfenster bei www.springermedizin.de eingeben.