

Nachgefragt bei Prof. Dr. med. Klaus Weckbecker

Wo ist der Diabetiker-Stollen geblieben?

Christstollen und andere Lebensmittel mit der Kennzeichnung „für Diabetiker geeignet“ sind aus dem Warenangebot verschwunden. Warum das so ist, erklärt Prof. Klaus Weckbecker, Universität Bonn.



Honor. Prof. Dr. med.
Klaus Weckbecker
Direktor des Instituts für
Hausarztmedizin,
Universitätsklinikum Bonn



MMW: Wird man denn noch irgendwo fündig, wenn man Diabetiker-Stollen sucht?

Weckbecker: In Rezeptsammlungen im Internet wird man leider noch fündig. In Bäckereien und Geschäften ist der Verkauf verboten. Die Gesetzeslage wurde 2010 an den Stand der Wissenschaft angepasst. Es gibt keine spezifische Ernährung für Diabetiker. Sie sollten sich so ernähren, wie wir uns alle ernähren sollten, mit einer ausgewogenen Mischkost mit reichlich Gemüse und Obst.

MMW: Was hat den Diabetiker-Stollen von üblichen Stollen unterschieden?

Weckbecker: Meist war der Haushaltszucker gegen andere Substanzen ausge-

tauscht, gegen andere Zucker und leider auch gegen Fett. Die Idee war, dass Zucker, die nicht so schnell resorbiert werden, günstiger sind. Heute weiß man, dass das eine Fehlannahme war. Durch das zusätzliche Fett wurde der Stollen außerdem noch kalorienreicher. Das ist vor allem für Typ-2-Diabetiker schlecht, die damit ja noch mehr Probleme haben, ihr Gewicht zu halten oder zu reduzieren. Stark gesüßte Produkte können zudem dazu verleiten, noch mehr Süßes zu essen.

MMW: Diabetiker-Stollen ist also besonders ungesund?

Weckbecker: Er ist gefährlich für Diabetiker, wie alle Diabetiker-Lebensmittel. Zum einen, weil die Zusammensetzung nicht günstiger und oft sogar ungünstiger ist als die von normalen Produkten. Zum anderen, weil Diabetiker sich in dem falschen Glauben wiegen, dass sie ungebremst davon essen können, weil es sich ja um Diätprodukte handelt. Das führt dann dazu, dass sich eine stark übergewichtige Dame in der Bäckerei zwei Stück Diabetiker-Torte bestellt.

MMW: Ist normaler Christstollen für Diabetiker erlaubt?

Weckbecker: Wenn Diabetiker Lust auf Stollen haben, sollten sie ein Stück normalen, geschmacklich guten und hochwertigen Stollen essen – vielleicht nicht zwei oder drei. Natürlich sollten die Kalorien an anderer Stelle eingespart werden. Wenn man nachmittags ein Stück Stollen isst, sollte das Abendessen z. B. ein Salat sein. Das gilt für Diabetiker und Nichtdiabetiker gleichermaßen. ■

Interview: Dr. Beate Schumacher

Periphere Messungen zu ungenau

Fieber am besten rektal messen

— Für aussagekräftige Ergebnisse kommt man um das rektale Fiebermessen nicht umhin. Messungen in Ohr, Mund oder unter der Achsel sind zu ungenau.

Intensivmediziner um Daniel J. Niven vom Peter Lougheed Center in Calgary hatten insgesamt 75 prospektive Studien ausgewertet, in denen die Genauigkeit der peripheren mit zentralen Fiebermessmethoden verglichen worden war.

Alle nicht invasiven zentralen Verfahren garantierten eine klinisch akzeptable Übereinstimmung von plus/minus 0,5°C bezogen auf die Messung mittels Pulmonalkatheter. Messungen im Ohr, unter der Achsel und unter der Zunge oder an der Schläfe erreichten diese Vorgabe nicht. Vor allem bei fiebrigen Patienten



Stimmt der Wert?

© Robert Kneschke / fotolia.com

wichen die Messwerte deutlich stärker von der tatsächlichen Temperatur ab. Auch die diagnostische Genauigkeit war schlecht. Die peripheren Messmethoden erreichten gerade mal eine Sensitivität von 64%. Die Autoren empfehlen, die Körpertemperatur rektal oder – bei liegendem Blasenkatheter – in der Blase zu bestimmen. Sollte eine zentrale Messung nicht möglich sein, ist nach ihrer Ansicht bei Kindern die Messung im Ohr und bei Erwachsenen die Messung unter der Zunge die beste Alternative. ■ dk

▪ Niven DJ et al. Ann Intern Med 2015, online 17. November



© Jusefaphoto / Fotolia