

Presseinformation

vom 28.03.2011

Medikament Bewegung - kostengünstig und effektiv

Vereinsinitiative Gesundheitssport, baden-württembergische Landesverband im Deutschen Diabetiker Bund und AOK Mittlerer Oberrhein starten konzertierte Aktion

„Diabetes in Aktion – Medikament Bewegung“ unter diesem Stichwort hat die Vereinsinitiative Gesundheitssport (INI) und deren Sportvereine, der baden-württembergische Landesverband im Deutschen Diabetiker Bund (DDB) und die AOK Mittlerer Oberrhein zu einer konzertierten Aktion aufgerufen. Zentrales Ziel ist dabei, mehr Diabetiker dazu zu bewegen, sich zu bewegen.

Als erster Baustein eines mehrere Schritte umfassenden Maßnahmenkatalogs fand jetzt ein von der INI, dem DDB und der AOK initiiertes „Runden Tisch Diabetes“ in Karlsruhe statt, bei dem Experten im Bereich Diabetes und Diabetestherapie, darunter auch Ärzte, Apotheker und Diabetesassistenten, zusammenkamen. Während des unter der Schirmherrschaft von Bürgermeister Klaus Stapf stehenden „Runden Tisches“ diskutierten sie Maßnahmen, um die Vernetzung des Gesundheitswesens, der Politik, des Sports und der Medien in diesem Bereich voranzubringen.

Jetzt folgt der zweite Schritt. Anfang April finden zwei Arbeitskreise statt, um das „Medikament Bewegung“ als wichtige Säule einer erfolgreichen Diabetestherapie flächendeckend bekannt zu machen und mehr Diabetiker zu einer aktiven Therapiestaltung zu animieren. Der Arbeitskreis „Rezept für Bewegung“ erarbeitet ein ganz praktisch zu handhabendes Rezeptbuch, in dem unter anderem die Angebote der im Gesundheitssport aktiven Sportvereine im Karlsruher Raum aufgeführt sind. Der Arbeitskreis Öffentlichkeitsarbeit bringt die flächendeckende, öffentlichkeitswirksame Vermarktung dieses Rezeptbuchs auf den Weg.

Den Hintergrund für die Initiative der INI, des baden-württembergischen Landesverband im DDB und der AOK Mittlerer Oberrhein bilden wissenschaftliche Untersuchungen, die eindeutig belegen, dass Bewegung einen positiven Einfluss auf den Blutzuckerspiegel von

Diabetikern hat. Doch trotz dieser Erkenntnis machen nur rund ein Prozent der 30.000 Diabetiker in Karlsruhe regelmäßig Sport. Das ist aus Sicht der Fachleute viel zu wenig und soll sich mit der „Diabetes in Aktion – Medikament Bewegung“ ändern. „Eine Therapie, in der die drei Säulen Schulung – Ernährung – Bewegung gut aufeinander abgestimmt sind, kann zu einer nachhaltigen Senkung der Blutzuckerwerte führen. Das ist eine Therapie, die an der Basis ansetzt und die wenig kostet, weil sie vorhandene Möglichkeiten optimal ausschöpft“, sagt Professor Dr. Eberhard Siegel, Chefarzt der St. Vincentius-Kliniken in Karlsruhe. Allerdings bedürfe es einer Verhaltensänderung bei den Betroffenen selbst, so Dr. Petra Lücke, Sportwissenschaftlerin und Fachfrau für das Thema Diabetes bei der AOK Mittlerer Oberrhein. Die positive Wirkung der bewegungsgestützten Therapie flächendeckend voranzubringen, brauche es zwar noch einiger Überzeugungsarbeit, sagt Dr. Alexander Hemmann, stellvertretender baden-württembergischer Landesvorsitzender des DDB. „Doch mit der jetzt herbeigeführten Vernetzung sind wir auf einem erfolgsversprechenden Weg“, so Rolf Müller, erster Vorsitzender der INI, abschließend.