

Gewichtsneutrale Diabetestherapien "Altes neu entdeckt: die Wirksamkeit von Hafer- und Gemüsetagen"

Die Insulinresistenz ist ein bedeutsamer Risikofaktor für die Entwicklung einer nichtalkoholischen Fettleber (NAFLD). Entsprechend weisen bis zu 74 % aller Patienten mit Typ 2 Diabetes eine Fettleber auf. Gleichzeitig ist die Fettleber ein Risikofaktor für Diabetes. Der negative Einfluss der NAFLD auf den Glukosestoffwechsel ist stärker als die viszerale Adipositas.

Therapiegrundlage der NAFLD ist die Lifestyle-Modifikation. Betroffene mit Diabetes sollten neben einer Gewichtsreduktion zusätzlich die Optimierung ihrer Blutzuckereinstellung anstreben. Viele Patienten erreichen trotz hoher Insulindosen keine befriedigende Stoffwechseleinstellung. Zudem geht eine Insulintherapie häufig mit einer Gewichtszunahme einher. Die Betroffenen befinden sich in einem therapeutischen Teufelskreis. Neben Bewegungsoptimierung und der Therapie mit Insulinsensitizern bietet auch die Ernährung einen alternativen Ansatz zur Behandlung der Insulinresistenz. Die bereits 1903 von Carl von Noorden durchgeführten Haferkuren wurden zur Behandlung der Glukosurie und Ketoazidose eingesetzt und sind in der jüngsten Vergangenheit zur Behandlung der Insulinresistenz neu entdeckt worden. Ein Fallbeispiel soll die praktische Umsetzung von Hafer- bzw. Gemüsetagen aufzeigen.

Hafer- und Gemüsetage können die Blutzuckereinstellung bei Typ 2 Diabetes, unter gleichzeitiger Reduktion der Insulindosis, nachhaltig verbessern. Dies unterstützt im Langzeitverlauf die Gewichtsreduktion, die unter hohen Insulingaben häufig erschwert ist. Die Therapie des Diabetes ist auch immer die Therapie der Fettlebererkrankung. Für einen optimalen Effekt auf den Langzeitverlauf benötigt es während und nach der Durchführung von Hafer- und Gemüsetagen die interdisziplinäre Zusammenarbeit von Ärzten, Ernährungs- und Diabetesberatern.

Kontakt:

Stephanie Tölle
Diabetestherapeutin B.Sc.
Diabetes Adipositas Zentrum Zürich
Rietholzstrasse 4
CH-8125 Zollikerberg
+41 44 228 70 03
dazz@hin.ch



Schweiz. Natürlich.



Schweizer Milchproduzenten SMP, Swissmilk
Public Relations
Weststrasse 10, 3000 Bern 6
Telefon 031 359 57 57
factsandnews@swissmilk.ch
www.swissmilk.ch/symposium