

27/2011 | 29. November

Plötzlich zuckerkrank

Neue DGE-Infothek zu Diabetes mellitus

(dge) In Deutschland werden 7 Millionen Menschen wegen eines Diabetes mellitus behandelt. Die Krankheit zeichnet sich durch dauerhaft erhöhte Blutzuckerwerte, so genannte Hyperglykämien, aus. Neun von zehn Betroffenen haben einen Diabetes mellitus Typ 2, bei dem die Insulinwirkung und -produktion langsam sinkt. Dieser Typ tritt bei älteren Menschen deutlich häufiger auf als bei jüngeren.

Entgegen früherer Ratschläge müssen Diabetiker nicht generell auf Zucker verzichten und benötigen auch keine speziellen Diabetikerlebensmittel. Diese und weitere aktuelle Ratschläge sind in der neu aufgelegten DGE-Infothek „Essen und Trinken bei Diabetes mellitus“ der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) e. V. zusammengestellt. Sie informiert über Entstehung, Diagnose, verschiedene Formen sowie Symptome der Krankheit und beschreibt mögliche Folgekrankheiten. Da körperliche Bewegung, vollwertige Ernährung und Gewichtsnormalisierung wichtige Bestandteile der Behandlung von Diabetes mellitus sind, werden hierzu zahlreiche praktische Tipps gegeben. Interessierte können so z. B. mehr über ballaststoffreiche Ernährung sowie den Umgang mit Zucker, Fett und Alkohol erfahren. Welche Lebensmittel im Allgemeinen bevorzugt, im Verzehr eingeschränkt oder gemieden werden sollten, ist in Listen und Tabellen dargestellt.

Betroffene finden zusätzlich Adressen, bei denen sie bei Bedarf Rat und Hilfe bekommen können. Der Ratgeber weist auf qualifizierte Ernährungsberatung und Kontaktdaten von Organisationen, die weiterführende Informationen zu Diabetes mellitus anbieten, hin.

Die 28-seitige DGE-Infothek „Essen und Trinken bei Diabetes mellitus“ kann unter der Artikel-Nr. 123028 zum Preis von 1,00 € zzgl. Versandkosten beim DGE-MedienService bestellt werden, Tel.: 0228 9092626, Fax: 0228 9092610, www.dge-medien-service.de.

1 872 Zeichen (mit Leerzeichen)

Kontakt

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.
Referat Öffentlichkeitsarbeit, Antje Gahl
Tel.: 0228 3776-630 | Fax: 0228 3776-800 | E-Mail: gahl@dge.de
DGE-Pressinfos im Internet: www.dge.de



Eine druckfähige Abbildung erhalten Sie unter:
<http://www.dge.de/rd/eut-dm>

Herausgeber:

**Deutsche Gesellschaft
für Ernährung e. V. (DGE)**Godesberger Allee 18
53175 BonnTel.: 0228 3776-600
Fax: 0228 3776-800E-Mail: webmaster@dge.de
Internet: www.dge.deNachdruck honorarfrei,
Quellenangabe (DGE)
erwünscht.
Belegexemplar erbeten.