

PRESSEMITTEILUNG

Menschen mit Diabetes besser und zielgerichteter zu Ernährung beraten VDBD veröffentlicht neue Ernährungsbroschüre

Berlin, Juli 2023 – Neben der Bewegung ist die Ernährung eine Grundsäule in der Beratung von Menschen mit Diabetes Typ 2. Das Ernährungsverhalten beeinflusst den Stoffwechsel und kann ganz unmittelbar zur Verbesserung oder Verschlechterung eines Diabetes mellitus und dessen Folgeerkrankungen beitragen. Da in der Ernährungsforschung stets neue wissenschaftliche Erkenntnisse gewonnen werden, hat der Verband der Diabetes-Beratungs- und Schulungsberufe in Deutschland e. V. (VDBD) seine Ernährungsbroschüre aktuell überarbeitet und um wichtige und neue therapierelevante Aspekte erweitert. Die Broschüre erhalten Interessierte [hier](#).

Zum 30-jährigen Bestehen veröffentlicht der VDBD eine Neuauflage seiner Ernährungsbroschüre. Als hilfreiche Grundlage für die Diabetesberatung richtet sie sich an bereits ausgebildete oder in Weiterbildung befindliche Diabetesfachkräfte. Die Broschüre vermittelt nicht nur die wichtigsten Grundlagen zur Ernährung, sondern darüber hinaus tiefere wissenschaftliche Neuerungen, sowie mehr Hintergrundinformationen – beispielsweise zu Mikronährstoffen. „Seit der Publikation der letzten Broschüre haben sich neue Erkenntnisse und Konzepte ergeben, die unbedingt in die tägliche Beratung von Diabetespatientinnen und -patienten mit einfließen müssen“, erläutert VDBD-Vorsitzende und Co-Autorin der Broschüre Dr. rer. medic. Nicola Haller.

Bessere Kommunikation – nachhaltiger Therapieerfolg

Basis für das neue Werk ist der methodische Ansatz der Partizipativen Entscheidungsfindung (PEF). Denn das Thema Essen und Trinken ist ein überaus privates Thema, mit dem in der Diabetesberatung sensitiv umgegangen werden muss. „Die PEF kann sich nach den individuellen Bedürfnissen, den jeweiligen kognitiven Fähigkeiten und Sprachkenntnissen der Patientinnen und Patienten richten und bietet Hilfestellung statt Anweisungen an“, erklärt Haller. „So kann die Ernährungstherapie individuell erfolgen und nachhaltiger wirken.“ Die Broschüre hält hierzu konkrete Kommunikationshilfen bereit.

Maßgeschneiderte Ernährung für jeden Stoffwechsel

Ebenfalls neu hinzugekommen ist die Differenzierung nach verschiedenen Diabetes-Subtypen und die entsprechenden Ziele der Ernährungsinterventionen.

„Ernährungsempfehlungen können nicht für jeden Stoffwechsel gleichermaßen gelten oder pauschal formuliert werden“, erklärt Co-Autorin Dipl. oec. troph. Birgit Schareck. Die neue Ernährungsbroschüre trägt dem Rechnung, indem sie gezielt auf diese Diabetes-Subtypen eingeht und eine zielgruppenspezifische Ernährungsberatung in Einklang mit der jeweiligen Therapie empfiehlt. „Außerdem werden verschiedene neue erfolgversprechende Therapieoptionen, wie Hafertage, Eiweißersatz-Mahlzeiten, Intervall-Fasten und mediterrane Ernährung beschrieben“, so Schareck.

Wenig beachtet: Der Einfluss von Zusatz- und Mikronährstoffen

Bisher wurde den Nahrungsmittel-Zusatzstoffen und Aromen, die vorwiegend in verarbeiteten Lebensmitteln vorkommen, wenig Aufmerksamkeit in der Ernährungsberatung geschenkt. „Der Einfluss der Aromaten und Konservierungsmittel hat jedoch direkten Einfluss auf das Kauf- und Konsumverhalten und in letzter Konsequenz dann auf den Blutzucker, auf die Gesundheit und das Wohlbefinden des Menschen,“ erläutert Co-Autorin Susanne Müller. Ebenso sei der Einfluss von Mikronährstoffen nicht zu unterschätzen: „Ein Vitamin-D-Mangel kann dafür sorgen, dass bei einem Menschen mit Diabetes Typ 1 das Insulin nicht mehr sensitiv wirkt und deutlich höhere Insulingaben notwendig werden“, führt Müller aus. Menschen mit einem Typ-2-Diabetes und Adipositas benötigen per se mehr Vitamin B12. Auch das orale Diabetikum Metformin erhöht den Vitamin-B12-Verbrauch deutlich. „Insbesondere zur Prävention der diabetischen Polyneuropathie, sollte auf gute Vitamin-B12-Spiegel geachtet werden“, erklärt Müller weiter.

Anlässlich des 30-jährigen Bestehens des VDBD erhält jedes Verbandsmitglied ein kostenfreies Exemplar der Ernährungsbroschüre per Post. Interessierte können sich diese auf der VDBD-Website ab sofort als PDF herunterladen oder in der Geschäftsstelle gegen Gebühr bestellen.

Literatur:

- 1) Diabetes und Ernährung - Beratungsempfehlungen für Diabetesfachkräfte



Ihr Kontakt für Rückfragen:

Verband der Diabetes-Beratungs- und Schulungsberufe in Deutschland e. V.
(VDBD)
Dr. Gottlobe Fabisch
Habersaathstr. 31
10115 Berlin
Tel.: +49 30 847122-495
E-Mail: redaktion@vdbd.de

Thieme Communications
Michaela Richter/Christina Seddig
Postfach 30 11 20
70451 Stuttgart
Tel.: +49 711 8931-516/-652
Fax: +49 711 8931-167
E-Mail: richter@medizinkommunikation.org
seddig@medizinkommunikation.org

www.vdbd.de
www.vdbd-akademie.de