

# Refresher 3

# Meeting Etikette

---



- Mikrofon ausschalten
- Video ausschalten
- Fragen im Chat stellen
- *Wenn Sie etwas sagen Mikrofon an – danach gleich wieder aus*

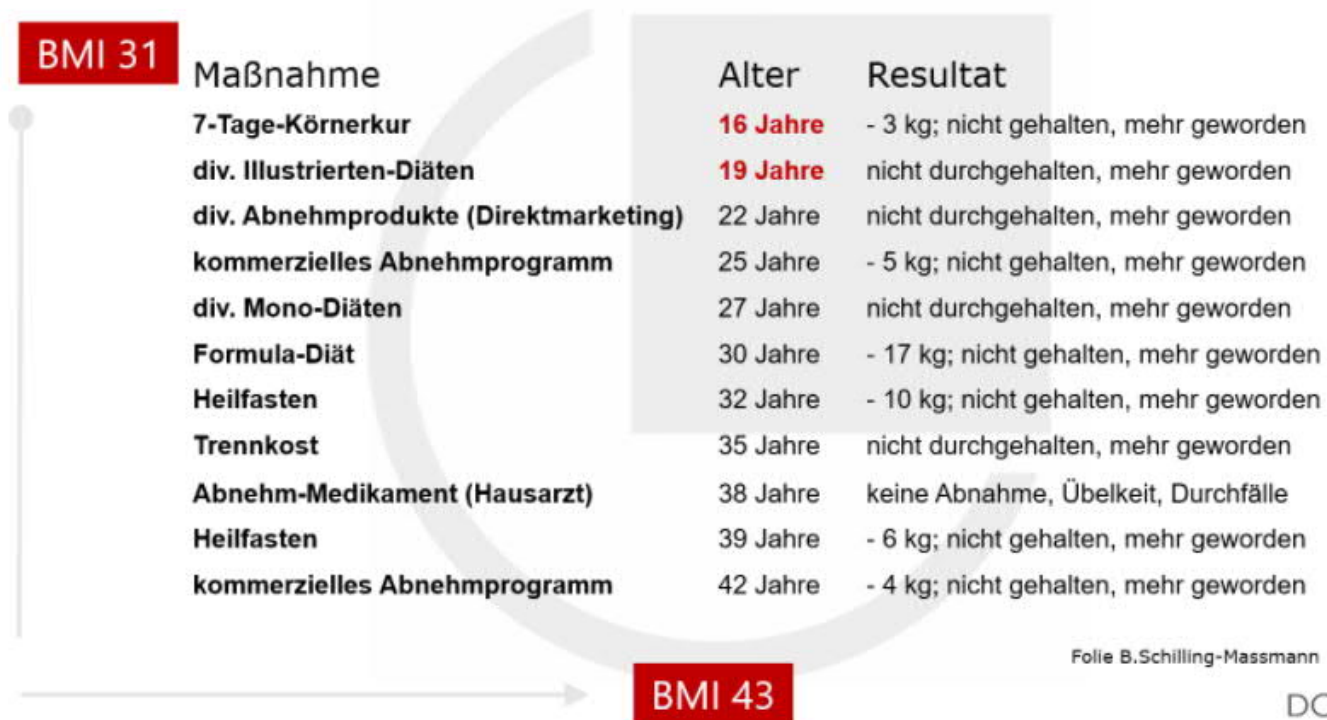
# Programm Kurswoche 1, Donnerstag - 03.09.2020



Zeit	Vortrag	Referentin/Referent
08:30 – 08:45 Uhr	Refresher	Prof. Dr. habil. P. Schwarz, Dresden
08:45 – 09:35 Uhr	Insulintherapie Typ 1 Diabetes	Dr. J. Krug, Leipzig
09:35 – 10:25 Uhr	Insulintherapie Typ 2 Diabetes, Indikation zur stationären Behandlung	
10:25 – 10:55 Uhr Kaffeepause		
10:55 – 11:45 Uhr	Sonderprobleme Typ 1 Diabeteskomplikationen, Dumpingsyndrom, Organische Hypoglykämie, reaktive Hypoglykämie	Dr. J. Krug, Leipzig
11:45 – 12:35 Uhr	Hypoglykämie als Therapiekomplication, Hypoglykämie und Gegenregulation	
12:35 – 13:25 Uhr	Diabetisches Koma und Notfallsituationen mit Hyperglykämie	
13:25 – 14:35 Uhr Mittagspause		
14:35 – 15:25 Uhr	Labormethoden: Methodik, Aussagekraft, Variabilität, Stoffwechselfparameter - Fructosamin, HbA1C	Prof. Dr. Schleicher, Tübingen
15:25 – 16:15 Uhr	Labormethoden: Methodik, Aussagekraft, Variabilität, Stoffwechselfparameter - Fructosamin, HbA1C	Prof. Dr. Schleicher, Tübingen
16:15 – 16:45 Uhr Kaffeepause		
16:45 – 17:35 Uhr	Diabetes und Chirurgie / Anästhesie (insbesondere bariatrische Chirurgie)	Prof. Lohmann, Dresden
17:35 – 18:25 Uhr	Diabetes und Schilddrüse, Hypophyse, Nebenniere, Autoimmunphänomene	

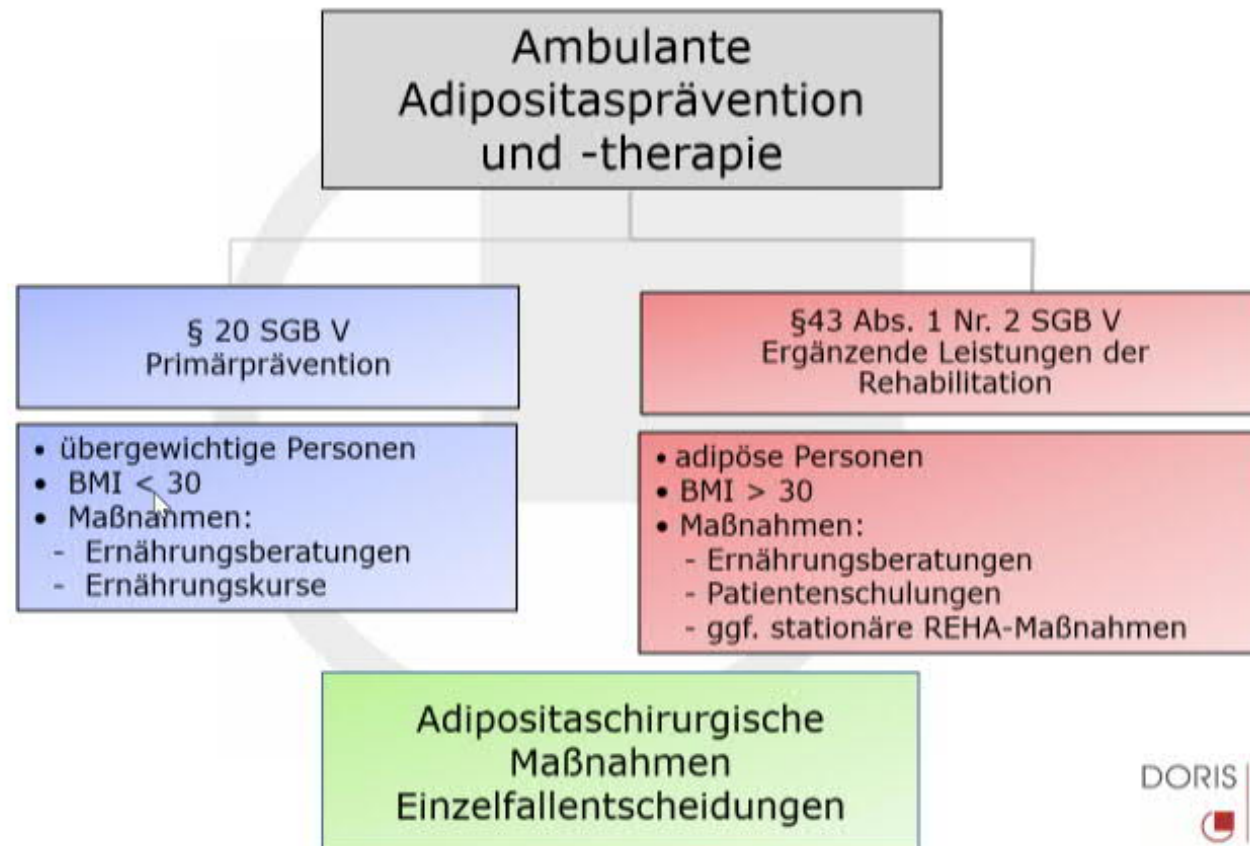
# Adipositas der Weg des Patienten?

Leidensweg und Diätkarriere eines adipösen Patienten:



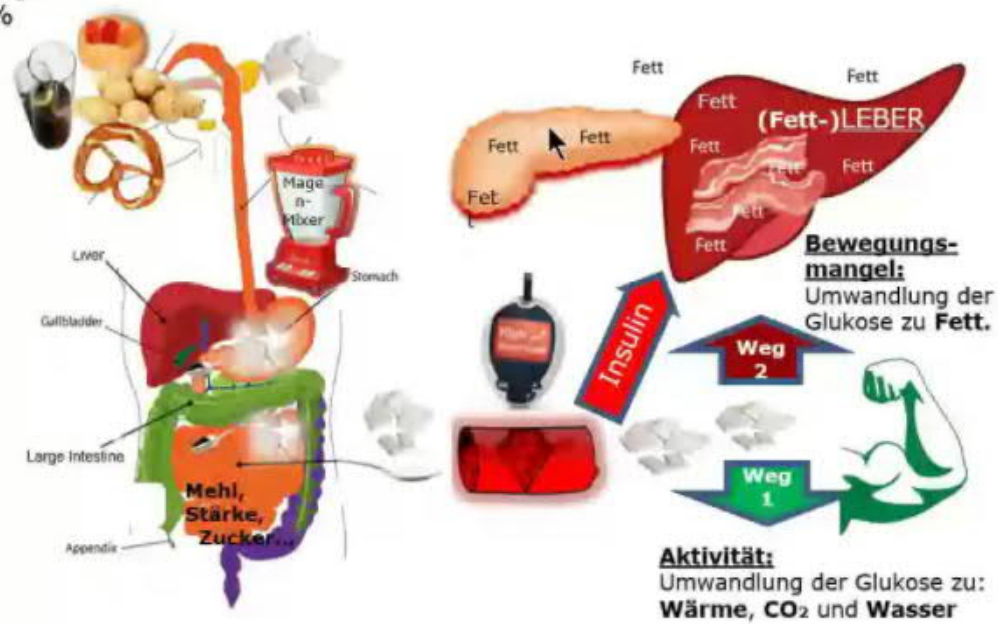
Folie B.Schilling-Massmann

# Gesetzliche Rahmenbedingungen



## Erfolgsgarant in der Diabetesberatung – Die Sinnvermittlung!

Empfehlung:  
50 – 60 %  
KH?!?







- Stevia gilt aus heutiger Sicht als geeignetes Süßungsmittel bei T2DM.
- Polyole/Zuckeralkohole können im Rahmen einer gesunden Ernährung als Zuckerersatz dienen und werden auch von den Fachgesellschaften zunehmend empfohlen.
- Geschmacklich sind Polyole Zucker recht ähnlich, liefern aber wenig bzw. keine Kalorien und sind Zahnfreundlich.
- Isomaltulose/Palatinose, Tagatose, Xylitol und Erythrit können in der Diätetik als alternative Süßungsmittel verwendet werden.





## Fazit

Polyole sowie Stevia  
gelten aktuell als  
geeignete  
Süßungsmittel.  
Der „süße  
Geschmack“ soll  
damit aber nicht  
trainiert werden!

Der Bolus ist abhängig von:

- ✓ **Mahlzeitengröße**
- ✓ **Glykämischer Index, Kohlenhydrate, BE**
- ✓ **Eiweißgehalt**
- ✓ **Fettgehalt**

Unterschiedliche Mahlzeiten = unterschiedlicher Blutzucker!



## Praktische Durchführung

1. Startphase



2. Reduktionsphase



3. Stabilisierungsphase



4. Erhaltungsphase





# Fazit!

„Die Glukosewirksamkeit der Lebensmittel ist für einen guten BZ-Verlauf entscheidend. Hafertage, Fastentage, Formuladiäten ... helfen, die Insulinresistenz zu durchbrechen. Zahlreiche Lebensumstände können die Ernährungstherapie beeinträchtigen“

**Table S1:** Overview of the beneficial effects of the selected superfoods on parameters related to the metabolic syndrome. For each parameter is indicated how many studies found beneficial effects out of the total number of studies that measured the parameter (e.g. 0 studies found beneficial effects out of the 2 studies that measured effects of blueberries on waist circumference, 0/2)

	Total number of studies	WC	BMI	SBP	DBP	TAG	HDL-C	Glucose
Acai berries	0	-	-	-	-	-	-	-
Blueberries	8	0/2	0/4	3/7	2/7	0/5	0/5	0/2*
Cranberries	8	0/1	0/1	0/6	1/6	1/7	0/7*	1/5
Goji berries	3	1/1	0/1	0/2	0/2	0/1	-	0/1
Strawberries	7	0/2	0/1	0/3	0/3	0/6	0/5	0/2
Chili peppers	3	-	0/1	0/2	0/1	0/2	0/1	0/2
Garlic	21	-	0/2	1/11	3/11	2/18	3/18	1/3
Ginger	10	1/3	0/7	1/1	0/1	4/5	0/5	5/7
Chia seed	5	0/1	0/1	2/4	1/2	0/3	0/3	0/4
Flaxseed	22	2/8	6/12	2/6	2/6	6/16	5/16	2/9
Hemp seed	0	-	-	-	-	-	-	-
Quinoa	1	0/1	1/1	-	-	1/1	0/1	0/1
Bee pollen	0	-	-	-	-	-	-	-
Cocoa	16	0/4	0/9*	5/13	4/13	0/14	5/14	1/8
Maca	1	-	0/1	1/1	1/1	0/1	0/1	-
Spirulina	7	-	1/3	1/2	1/2	4/6	2/6	0/2
Wheat grass	1	-	-	1/1	1/1	1/1	0/1	0/1



WC: waist circumference; BMI: body mass index; SBP: systolic blood pressure; DBP: diastolic blood pressure; TAG: triacylglycerol; HDL-C: HDL-cholesterol; Negative effects found in one of the studies: increase in BMI and glucose or decrease in HDL-C.