



Presse-Information

Oktoberfest 2015:

Zur „Wiesn-Gaudi“ mit Diabetes

- Alkohol und deftige Speisen können den Blutzuckerspiegel stark schwanken lassen
- Regelmäßige Blutzuckermessungen helfen Hypoglykämien vorzubeugen

Leverkusen, 6. August 2015 – Wenn in den Trachtengeschäften der Ausnahmezustand herrscht, die Braukessel in den sechs Münchner Oktoberfestbrauereien auf Hochtouren laufen und die ganze Stadt wie elektrisiert scheint, heißt es bald wieder „O’zapft is“. Bereits zum 182. Mal öffnen sich am 19. September die Tore auf der Münchner Theresienwiese für das traditionelle Oktoberfest. Millionen Besucher aus der ganzen Welt feiern dort zwei Wochen lang ausgelassen unter den strengen Augen der Bavaria, der Patronin des Freistaats Bayern. Aber auch in vielen anderen Städten Deutschlands werden die Lederhosen und Dirndl aus dem Schrank geholt. Mit ein paar Vorsichtsmaßnahmen und der richtigen Ausstattung, wie präzisen Blutzuckermesssystemen, genügend Insulin und Traubenzucker, können auch Menschen mit Diabetes unbeschwert Oktoberfest feiern.

„Als ich vor drei Jahren nach München gezogen bin, war mein Dirndl ein wichtiges Teil in meinem Koffer. Mittlerweile besitze ich drei Stück“, erklärt Carina Lichte. Die 22-jährige Typ-1-Diabetikerin hat das Oktoberfest-Fieber gepackt. Sie besucht gleich mehrmals pro Saison zusammen mit ihren Freunden die Wiesn. Neben der traditionellen Tracht gehören das Blutzuckermesssystem, Insulin und Traubenzucker fest zu ihrer Oktoberfest-Ausstattung. „Ich nehme immer genügend Vorrat an Teststreifen, Lanzetten, Insulin und Traubenzucker mit, um keine bösen Überraschungen zu erleben“, erklärt die Studentin.

„Eine gute Vorbereitung ist das A und O“, sagt auch Diabetesberaterin Angelika Krenzel. „Vor allem Traubenzucker oder andere Kohlenhydrate, die schnell aufgenommen werden, sind wichtig, um auf Unterzuckerungen umgehend reagieren zu können.“ Hypoglykämien

können besonders bei zu hohem Alkoholgenuss auftreten. (1,2) „Der Alkohol blockiert die Zuckeraufbereitung in der Leber, sodass der Blutzuckerspiegel auch viele Stunden nach dem letzten Glas noch sinkt“, so Krenzel. Deshalb müssen besonders insulinpflichtige Menschen mit Diabetes aufpassen und häufiger ihren Blutzucker messen. „Selbst bei Bier, das zusätzlich Kohlenhydrate enthält, können Unterzuckerungen auftreten.“

Eine wichtige Basis für die Berechnung der Insulinmenge und zur Vorbeugung von Unterzuckerungen sind präzise Blutzuckermesswerte. Die Messsysteme der Contour Next Familie von Bayer haben sich in zahlreichen Studien als besonders messgenau erwiesen und erfüllen die strengeren Anforderungen an die Systemgenauigkeit der ISO-Norm 15197:2013. (2,3,4,5) Durch die präzisen Messergebnisse kann die Blutzuckereinstellung verbessert und das Hypoglykämie-Risiko gesenkt werden.

Generell rät Angelika Krenzel: „Zum Alkohol immer genug essen und regelmäßig den Blutzuckerspiegel kontrollieren. Außerdem sollten Menschen mit Diabetes vor dem Schlafengehen lieber einen etwas erhöhten Wert haben, da dieser auch Stunden nach dem Alkoholkonsum noch stark absinken kann.“ Hochprozentige Alkoholika wie Schnaps sollten Menschen mit Diabetes ganz meiden. Ärzte und Diabetesberater empfehlen außerdem, sich an die 2-Gläser-Regel zu halten. Auch ein guter Überblick über die Brotinhalte der gängigen Oktoberfest-Speisen wie Brezeln, Semmeln und Reiberdatschi ist für die richtige Insulindosierung wichtig.

Carina Lichte hat ihr ganz eigenes Geheimrezept: „Ich lasse mir ganz viel Zeit beim Trinken und bleibe immer wachsam und locker.“ Die Hektik auf den überfüllten Straßen zwischen den Zelten versucht sie zu vermeiden, und hält sich am liebsten in einem der schön dekorierten Zelte auf. „Außerdem messe ich vor und nach jeder Maß Bier meinen Blutzuckerwert. Wenn ich merke, meine Werte sinken zu stark ab, esse ich zum Beispiel eine Leberkäs-Semmel.“

Wenn es trotz aller Vorsichtsmaßnahmen doch zu einer Unterzuckerung kommt, weil zum Beispiel die ersten Warnzeichen einer Unterzuckerung durch den benebelnden Alkohol nicht mehr richtig wahrgenommen werden (6), ist schnelle Hilfe gefragt. Deshalb sollten Menschen mit Diabetes ihr Umfeld informieren, was in diesem Fall zu tun ist. „Meine Freunde wissen alle Bescheid und versorgen mich direkt mit Traubenzucker. Das gibt mir Sicherheit, so dass ich das Fest unbeschwert genießen kann“, sagt Carina Lichte.

Über Bayer HealthCare Deutschland

Bayer HealthCare Deutschland vertreibt die Produkte der in der Bayer HealthCare AG zusammengeführten Divisionen Animal Health, Consumer Care, Medical Care (Diabetes Care und Radiology) und Pharmaceuticals. Das Unternehmen konzentriert sich auf das Ziel, in Deutschland innovative Produkte in Zusammenarbeit mit den Partnern im Gesundheitswesen zu erforschen und Ärzten, Apothekern und Patienten anzubieten. Die Produkte dienen der Diagnose, der Vorsorge und der Behandlung akuter und chronischer Erkrankungen sowohl in der Human- als auch in der Tiermedizin. Damit will Bayer HealthCare Deutschland einen nachhaltigen Beitrag leisten, die Gesundheit von Mensch und Tier zu verbessern.

www.gesundheit.bayer.de

www.twitter.com/gesundheitbayer

Quellen:

¹ Nauck M.A. Alcohol and Hypoglycaemia. Med Welt 2007; 58: 195-200.

² Freckmann G et al. System accuracy evaluation of four blood glucose monitoring systems following ISO 15197:2003 and ISO 15197:2013 limits. FREC13138D – Poster Session; Nov. 1st 2013; Diabetes Technology Meeting 2013, San Francisco, CA, USA, October 31st – November 2nd 2013.

³ Bedini JL et al. Spanish Multicenter Performance Study with Contour XT Blood Glucose Monitoring System using ISO 15197:2013 Accuracy Criteria and MARD presented at the 74th Scientific Sessions of the ADA, June 13-14, 2014, San Francisco, USA.

⁴ Pflug B et al. 23 Jahrestagung der American Association of clinical Endocrinologists (AACE), 14.-18. Mai 2014, Las Vegas, Nevada.

⁵ Bailey TJ et al. Accuracy, Precision, and User Performance Evaluation of the Contour[®] Next Link 2.4 Blood Glucose Monitoring System. Data presented at the 7th International Conference on Advanced Technologies & Treatments for Diabetes 2014.

⁶ Kerr D et al. Alcohol causes hypoglycaemic unawareness in healthy volunteers and patients with type 1 (insulin-dependent) diabetes. Diabetologia 1990; 33: 216-221.

Ihre Ansprechpartnerin:

Gönnä Blomeyer, Tel. +49 214 30-58139, Fax: +49 214 30-96 58139

E-Mail: goenna.blomeyer@bayer.com

Mehr Informationen unter presse.healthcare.bayer.de

Folgen Sie uns auf Facebook: <http://www.facebook.com/healthcare.bayer>

gb (2015-0287)

Zukunftsgerichtete Aussagen

Diese Presseinformation kann bestimmte in die Zukunft gerichtete Aussagen enthalten, die auf den gegenwärtigen Annahmen und Prognosen der Unternehmensleitung des Bayer-Konzerns bzw. seiner Teilkonzerne beruhen. Verschiedene bekannte wie auch unbekannte Risiken, Ungewissheiten und andere Faktoren können dazu führen, dass die tatsächlichen Ergebnisse, die Finanzlage, die Entwicklung oder die Performance der Gesellschaft wesentlich von den hier gegebenen Einschätzungen abweichen. Diese Faktoren schließen diejenigen ein, die Bayer in veröffentlichten Berichten beschrieben hat. Diese Berichte stehen auf der Bayer-Webseite www.bayer.de zur Verfügung. Die Gesellschaft übernimmt keinerlei Verpflichtung, solche zukunftsgerichteten Aussagen fortzuschreiben und an zukünftige Ereignisse oder Entwicklungen anzupassen.