

„Zuckerdiät“ passé – so erklären Sie es

Vermittlung Dass Diabetikerprodukte ab 2012 nicht mehr produziert werden dürfen und die Übergangsfrist 2013 vorbei ist, stellt Betroffene vor offene Fragen. Wie diese Neuerungen in der Praxis vermittelt werden können, erklärt Ihnen Diplomökotrophologin Dr. Andrea Trappe.

Endlich!“, so kommentieren viele Ernährungs- und Diabetesexperten den Beschluss des Wegfalls. „Oh je“ denken dagegen viele Betroffene. Eine sinnvolle Erklärung dieser Entscheidung gelingt, wenn man sich mit der Ursprungsidee der Diabetikerprodukte befasst.

„Zuckerdiät“ war damals sinnvoll

Als 1963 erstmalig die Diätverordnung für Diabetikerlebensmittel in Kraft trat, ging man davon aus, dass es sich bei der Zuckerkrank-

heit ausschließlich um eine Störung des Zuckerstoffwechsels handelt. Auf Grund des Insulinmangels und der damit einhergehenden, ungenügenden Verstoffwechslung des gegessenen Zuckers, leitete man daraus das Behandlungsprinzip ab, die Zuckeraufnahme streng zu begrenzen. Somit erschien es sinnvoll, Zucker (Saccharose) durch sogenannte Zuckeraustauschstoffe (ZAS), wie zum Beispiel Fruchtzucker (Fructose) zu ersetzen. Per Definition sind ZAS süß schmeckende Kohlenhydrate, die einen geringeren Einfluss auf den Blutzuckerspiegel haben, da sie insulinunabhängig verstoff-

wechselt werden. Da die ZAS nicht kariogen wirken, findet man sie beispielsweise neben Diabetikerprodukten, auch in Kaugummis oder Zahnpasta. In der EU sind zurzeit Fructose und verschiedene Zuckerralkohole wie Sorbit (E 420), Mannit (E 421), Isomalt (E 953), Maltit (E 965), Maltitol-Sirup (E 965), Lactit (E 966), Xylit (E 967) und Erythrit (E 968) zugelassen. Mit zunehmendem Wissen über das Krankheitsbild Diabetes zeigte sich, dass es sich bei dieser metabolischen Störung nicht ausschließlich um eine Zuckerkrankheit handelt, sondern auch der Eiweiß- und Fettstoffwechsel betroffen sind. Der Sinn der Diabetikerprodukte wurde fraglich. Als erstes wurde aus den ursprünglich ausgelobten Diabetikerprodukten die Diätprodukte mit dem Zusatz:



Redaktion: 06131/96070-35

„Für Diabetiker im Rahmen eines Diätplans geeignet“. Nach jahrelangen Bestrebungen von Fachgesellschaften, werden spätestens ab

i Schwerpunkt Ernährung

Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen. Wohin geht der Trend bei Menschen mit Diabetes? Und zu welchen Maßnahmen greifen Betroffene, um Gewicht und Blutzucker wieder in Einklang zu bringen? Die Wege sind vielfältig. Und viele Menschen wollen nichts unversucht lassen. Lässt sich der Diabetes mit Außenseiterdiäten à la Bruker oder Schnitzer heilen? Diplomökotrophologin Ingeborg Fischer-Ghavami beleuchtet die Lehren der beiden Vollwertapostel. Und wie sieht es im Hin-

blick auf eine gesunde Möglichkeit aus, lästige Kilos loszuwerden? Ist „Schmauen“ der Königsweg? Was es damit auf sich hat, erklärt Diplomökotrophologin und Diabetesberaterin Susanne Müller. Wenn schon am Gewicht gearbeitet wird, wie steht es um die Blutzuckerwerte? Wie lassen sie sich in gesunde Bahnen lenken? Ein altes Hausmittel kann – je nach Typ – sinnvoll sein, erklärt Diplomtrophologin Marianne Reiß in Ihrem Beitrag zum Thema Hafertage. Last but not least geht es um den Weg-

fall der Diabetikerprodukte. Viele Fachkräfte in Krankenhäusern sind unsicher, ob sie weiterhin eine Diabeteskost anbieten können. Wie dies praktisch aussehen kann, erklärt Diabetesberaterin Sandra Hagenbucher. Bleibt die Frage – wie bringe ich es Betroffenen bei, auf diese Produkte zu verzichten? Diplomökotrophologin Dr. Andrea Tappe gibt praktische Beratungstipps. Sind Sie neugierig geworden – dann lohnt es sich weiterzulesen. Kirsten Metternich

Text:
Dr. Andrea Trappe.