

Pressemitteilung

### **13. Diabetes Herbsttagung der Deutschen Diabetes Gesellschaft (DDG)**

8. bis 9. November 2019

Congress Center Leipzig, Seehausener Allee 1, 04356 Leipzig

### **Low Carb, mediterrane, fettreduzierte oder andere Ernährungsweise? DDG empfiehlt Erwachsenen mit Diabetes Typ 2 oder Prädiabetes individuelle Ernährungsberatung**

**Berlin/Leipzig – In den letzten Jahren ist es schon beinahe zum Modetrend geworden: Wer abnehmen oder seinem Stoffwechsel etwas Gutes tun möchte, achtet auf „Low Carb“ – also eine Ernährung mit möglichst geringem Kohlenhydratanteil. Diese Ernährungsform ist grundsätzlich auch für Menschen mit Diabetes Typ 2 oder Prädiabetes zur Gewichtsabnahme geeignet. Eine Konsensus-Erklärung der Amerikanischen Diabetes Gesellschaft ADA betont jedoch, dass auch andere Ernährungsweisen dafür infrage kommen können. Betroffene sollten daher immer eine individuelle Ernährungsberatung erhalten, konstatiert der Ausschuss Ernährung der Deutschen Diabetes Gesellschaft DDG, der den ADA-Report analysiert hat und die Ergebnisse auf der 13. Diabetes Herbsttagung der DDG vorstellt. Den Einfluss von Low Carb und anderer Ernährungsweisen diskutieren Experten auf einer Pressekonferenz, die im Rahmen der 13. Diabetes Herbsttagung am Freitag, den 8. November 2019, in Leipzig stattfindet.**

Als „Low Carb“-Ernährung gilt laut der ADA-Definition eine Ernährung mit einem Kohlenhydratanteil von weniger als 45 Prozent der Gesamtenergiezufuhr, bei „Very-Low Carb“ stammen sogar weniger als 26 Prozent der aufgenommenen Energie aus Kohlenhydraten. „In kurzfristigen Studien bis zu sechs Monaten Dauer kann eine kohlenhydratarme Ernährung den HbA1c-Wert der Probanden ebenso senken wie den Blutdruck, die Triglyzeride und die Menge der Diabetesmedikation“, sagt Professor Dr. med. Diana Rubin, Chefärztin und Leiterin des Zentrums für Ernährungsmedizin am Vivantes Klinikum Spandau und Humboldt-Klinikum Berlin. Diese positiven Effekte ließen sich in längerfristigen Studien jedoch nicht aufrechterhalten – vermutlich, weil es den Probanden zu schwerfällt, die strengen Diätvorgaben auf Dauer einzuhalten.

Auch aus anderen Gründen ist eine strenge „Low Carb“-Diät nicht unproblematisch: Zum einen kann es unter Diabetesmedikation rasch zu einem Unterzucker kommen; die Ernährungsumstellung sollte daher immer ärztlich begleitet werden. Zum anderen besteht die Gefahr, dass die Patienten sich deutlich fetthaltiger ernähren. „Ernährungsempfehlungen sollten daher auch eine qualitative Bewertung der Makronährstoffe beinhalten“, sagt Rubin, die den Vorsitz des Ausschusses Ernährung der DDG innehat. So könne eine moderate „Low Carb“-Ernährung durchaus empfehlenswert

#### **Ihr Kontakt für Rückfragen:**

Pressestelle Diabetes Herbsttagung

Stephanie Balz

Postfach 30 11 20, 70451 Stuttgart

Telefon: 0711 8931-168

Telefax: 0711 8931-167

[balz@medizinkommunikation.org](mailto:balz@medizinkommunikation.org)

[www.herbsttagung-ddg.de](http://www.herbsttagung-ddg.de)

sein, wenn sie – wie bei mediterranen Ernährungsmustern – einen hohen Anteil mehrfach ungesättigter Fettsäuren enthalte. Eine „High Carb“-Ernährung könne bei einem hohen Ballaststoffanteil und niedriger glykämischer Last aber ebenso geeignet sein. „Aus unserer Sicht macht es daher keinen Sinn, lediglich einen Makronährstoff in der Nahrung zu begrenzen“, so Rubin – allgemein gültige Idealwerte für die Fett-, Eiweiß- und Kohlenhydrataufnahme gebe es nicht.

Umso größer ist die Bedeutung einer individuellen und qualifizierten Ernährungsberatung. „Damit Ernährungsempfehlungen für den Patienten umsetzbar sind, müssen sie immer individuell zugeschnitten sein und verschiedene Diabetes-Typen, Behandlungsformen, soziale Aspekte sowie persönliche Vorlieben berücksichtigen“, sagt Dr. med. Nikolaus Scheper, Tagungspräsident der Herbsttagung und 1. Vorsitzender des Bundesverbandes Niedergelassener Diabetologen. Daher lautet einer der Schwerpunkte der 13. Diabetes Herbsttagung „Ernährung im Spannungsfeld verschiedener Empfehlungen oder wie schmeckt Diabetes?“ In mehreren Symposien und Workshops erörtern die Teilnehmenden verschiedene Aspekte rund um Ernährungstherapie und -beratung. Mehr Informationen rund um das Tagungsprogramm finden Interessierte unter: <https://www.herbsttagung-ddg.de/online-programm.html>

#### Terminhinweise:

#### **Vorab-Pressekonferenz in Berlin**

#### **13. Herbsttagung der Deutschen Diabetes Gesellschaft (DDG)**

**Termin:** Dienstag, 5. November 2019, 11.00 bis 12.00 Uhr

**Ort:** Tagungszentrum im Haus der Bundespressekonferenz, Raum 0107

**Anschrift:** Schiffbauerdamm 40/Ecke Reinhardtstraße 55, 10117 Berlin

#### **Vorläufige Themen und Referenten:**

#### **Herausforderung Transition: wenn Kinder mit Diabetes erwachsen werden**

*Dr. Nikolaus Scheper*

Tagungspräsident Diabetes Herbsttagung 2019, 1. Vorsitzender des Bundesverbandes Niedergelassener Diabetologen e.V. (BVND), Facharzt für Allgemeinmedizin an der Praxis Dr. Scheper & Schneider & Veit, Marl

*Dr. med. Silvia Müther*

Leiterin des Diabeteszentrums für Kinder und Jugendliche an den DRK Kliniken Berlin | Westend, Vorstandsvorsitzende Berliner TransitionsProgramm e. V.

#### **Versorgung von Menschen mit Diabetes im Krankenhaus**

*Professor Dr. med. Monika Kellerer*

Präsidentin der DDG, Chefärztin und Ärztliche Direktorin des Zentrums für Innere Medizin 1 am Marienhospital Stuttgart

#### **Ihr Kontakt für Rückfragen:**

Pressestelle Diabetes Herbsttagung

Stephanie Balz

Postfach 30 11 20, 70451 Stuttgart

Telefon: 0711 8931-168

Telefax: 0711 8931-167

[balz@medizinkommunikation.org](mailto:balz@medizinkommunikation.org)

[www.herbsttagung-ddg.de](http://www.herbsttagung-ddg.de)

**Metabolisches Syndrom bei Kindern: Prävention und Therapie**

*PD Dr. med. Susanna Wiegand*

Fachärztin für Kinderheilkunde und Leiterin des Bereichs Adipositas am Sozialpädiatrischen Zentrum der Charité – Universitätsmedizin Berlin

**Kongress-Pressekonferenz in Leipzig**

**13. Herbsttagung der Deutschen Diabetes Gesellschaft (DDG)**

**Termin:** Freitag, 8. November 2019, 12.30 bis 13.30 Uhr

**Ort:** Congress Center Leipzig

**Anschrift:** Seehausener Allee 1, 04356 Leipzig

**Vorläufige Themen und Referenten:**

**Highlights der Diabetes Herbsttagung: Diabetes – mitten im Leben**

*Dr. Nikolaus Scheper*

Tagungspräsident Diabetes Herbsttagung 2019, 1. Vorsitzender des Bundesverbands Niedergelassener Diabetologen e.V. (BVND), Facharzt für Allgemeinmedizin an der Praxis Dr. Scheper & Schneider & Veit, Marl

*Dr. Cornelia Woitek*

Tagungssprecherin und -koordinatorin, Diabetologische Schwerpunktpraxis DDG & LÄK/Akademische Lehrpraxis der Universität Leipzig, Wurzen

**Multimorbidität: wenn Krankheiten interagieren**

**Was ist bei der Therapie von Menschen mit Typ-2-Diabetes zu beachten?**

*Professor Dr. med. Baptist Gallwitz*

Pressesprecher der DDG, Kommissarischer Direktor, Medizinische Klinik IV, Universitätsklinikum Tübingen

**Für eine bessere Versorgung von Menschen mit Diabetes: dem Nachwuchsmangel in der Diabetologie entgegenwirken**

*Jonas Kortemeier*

AG Nachwuchs der DDG, Arzt in Weiterbildung, Diabeteszentrum im OPZ in Iserlohn-Letmathe

**Low Carb: Welchen Einfluss hat eine reduzierte Kohlenhydrataufnahme auf Diabetes?**

*Professor Dr. med. Diana Rubin*

Chefärztin und Leiterin des Zentrums für Ernährungsmedizin am Vivantes Klinikum Spandau und Humboldt-Klinikum Berlin

**13. Diabetes Herbsttagung der Deutschen Diabetes Gesellschaft (DDG)**

„Diabetes – mitten im Leben“

**Termin:** 8. bis 9. November 2019

**Ort:** Congress Center Leipzig

**Anschrift:** Seehausener Allee 1, 04356 Leipzig

**Ihr Kontakt für Rückfragen:**

Pressestelle Diabetes Herbsttagung

Stephanie Balz

Postfach 30 11 20, 70451 Stuttgart

Telefon: 0711 8931-168

Telefax: 0711 8931-167

[balz@medizinkommunikation.org](mailto:balz@medizinkommunikation.org)

[www.herbsttagung-ddg.de](http://www.herbsttagung-ddg.de)

**Über die Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG):**

Die Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG) ist mit mehr als 9.000 Mitgliedern eine der großen medizinisch-wissenschaftlichen Fachgesellschaften in Deutschland. Sie unterstützt Wissenschaft und Forschung, engagiert sich in Fort- und Weiterbildung, zertifiziert Behandlungseinrichtungen und entwickelt Leitlinien. Ziel ist eine wirksamere Prävention und Behandlung der Volkskrankheit Diabetes, von der mehr als sechs Millionen Menschen in Deutschland betroffen sind. Zu diesem Zweck unternimmt sie auch umfangreiche gesundheitspolitische Aktivitäten.

\*\*\*\*\*

**Akkreditierung für Journalisten:**

- Ich werde die Tagung **der DDG in Leipzig** besuchen.
- Ich werde die **Vorab-Pressekonferenz der DDG in Berlin** besuchen.
- Ich werde die **Kongress-Pressekonferenz der DDG in Leipzig** besuchen.
- Für unsere Redaktion kommt \_\_\_\_\_.
- Ich kann leider nicht an der Tagung teilnehmen. Bitte schicken Sie mir das Informationsmaterial für die Presse.
- Bitte schicken Sie mir keine Informationen mehr über die Tagung.

**Meine Kontaktdaten:**

NAME:  
MEDIUM/RESSORT:  
ADRESSE:  
TEL/FAX:

**Ihr Kontakt für Rückfragen/zur Akkreditierung:**

DDG Herbsttagung  
Pressestelle  
Stephanie Balz  
Postfach 30 11 20  
70451 Stuttgart  
Telefon: 0711 8931-168  
Telefax: 0711 8931-167  
E-Mail: [balz@medizinkommunikation.org](mailto:balz@medizinkommunikation.org)  
[www.herbsttagung-ddg.de](http://www.herbsttagung-ddg.de)

**Ihr Kontakt für Rückfragen:**

Pressestelle Diabetes Herbsttagung  
Stephanie Balz  
Postfach 30 11 20, 70451 Stuttgart  
Telefon: 0711 8931-168  
Telefax: 0711 8931-167  
[balz@medizinkommunikation.org](mailto:balz@medizinkommunikation.org)  
[www.herbsttagung-ddg.de](http://www.herbsttagung-ddg.de)



\*\*\*\*\*

Falls Sie keine Informationen zur Tagung mehr wünschen, senden Sie bitte eine E-Mail an: [balz@medizinkommunikation.org](mailto:balz@medizinkommunikation.org).

**Ihr Kontakt für Rückfragen:**  
Pressestelle Diabetes Herbsttagung  
Stephanie Balz  
Postfach 30 11 20, 70451 Stuttgart  
Telefon: 0711 8931-168  
Telefax: 0711 8931-167  
[balz@medizinkommunikation.org](mailto:balz@medizinkommunikation.org)  
[www.herbsttagung-ddg.de](http://www.herbsttagung-ddg.de)