

Neue internationale Leitlinie zu Diabetes und Sport unter Bayreuther Federführung

Prof. Dr. Othmar Moser von der Universität Bayreuth ist Erstautor der neuen internationalen Leitlinie zu Sport und Typ-1-Diabetes. Insgesamt waren 26 internationale Autorinnen und Autoren an dem Positionspapier der Europäischen Diabetes Gesellschaft (EASD) und der internationalen Kinder Diabetes Gesellschaft (ISPAD) beteiligt.

Typ-1-Diabetes ist eine Autoimmunerkrankung, bei der die Erkrankten das Hormon Insulin nicht mehr produzieren können. Die Folge ist ein erhöhter Blutzuckerspiegel, da wegen des fehlenden Insulins die Glukose aus dem Blut nur unzureichend in die Zellen befördert wird. Der Körper kann somit Kohlenhydrate aus der Nahrung nicht mehr verwerten. Ohne eine Behandlung kann dies tödlich enden. Neben der Insulingabe ist Bewegung bzw. Sport ein Eckpfeiler der Therapie von Typ-1-Diabetes.

In den letzten Jahren hat die Verfügbarkeit von automatisierten Insulinabgabesystemen (AID) die Optionen für Menschen mit Typ-1-Diabetes verbessert, die empfohlenen Glukosezielbereiche zu erreichen. Für Menschen mit Typ-1-Diabetes aber oft ein Problem: „Ein physisch aktiver Lebensstil bietet klar gesundheitliche Vorteile, kann jedoch Glukoseschwankungen verursachen, die für die aktuellen AID-Systeme eine Herausforderung darstellen“, so Prof. Dr. Othmar Moser vom Lehrstuhl *Exercise Physiology & Metabolism* an der Universität Bayreuth. Er forscht seit über zehn Jahren im Bereich Bewegung und Diabetes und arbeitet zugleich an der Schwerpunktambulanz für Diabetes, Physische Aktivität und Sport am Universitätsklinikum für Innere Medizin in Graz. Zusammen mit 25 weiteren Expertinnen und Experten aus dem Fachbereich Diabetes hat er eine Leitlinie verfasst, die aktuelle Erkenntnisse zu AID-Systemen zusammenfasst. Zudem gibt diese Leitlinie detaillierte praxisbezogene Empfehlungen für das Management von körperlicher Aktivität bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit Typ-1-Diabetes, die AID-Technologie verwenden.

In der Leitlinie wird jedes verfügbare AID-System einzeln dargestellt und individuelle Empfehlungen zu deren Anwendung bei körperlicher Aktivität formuliert. Darüber hinaus werden unterschiedliche Reaktionen des Blutzuckerspiegels auf körperliche Aktivität behandelt und gestaffelte Therapieoptionen vorgestellt, um den Glukosespiegel in verschiedenen Altersgruppen im Zielbereich zu halten.

Die internationale Leitlinie richtet sich sowohl an Ärztinnen und Ärzte als auch direkt an Personen mit Typ-1-Diabetes. „Die Idee ist, dass auch Menschen mit Typ-1-Diabetes Sport machen können, ohne dem Risiko von glykämischen Schwankungen ausgesetzt zu sein. Das kann zugleich längerfristig das Risiko von Begleiterkrankungen minimieren und das Sozialsystem entlasten“, so Moser.

Originalpublikation: The use of automated insulin delivery around physical activity and exercise in type 1 diabetes: a position statement of the European Association for the Study of Diabetes (EASD) and the International Society for Pediatric and Adolescent Diabetes (ISPAD). Othmar Moser et al. *Diabetologica* (2024)

DOI: <https://doi.org/10.1007/s00125-024-06308-z>

What for?

Leitlinien in der Medizin dienen dazu, evidenzbasierte Empfehlungen für die Diagnose, Therapie und Prävention von Krankheiten zu geben. So soll ein weltweit einheitlicher, qualitativ hochwertiger Standard der medizinischen Versorgung sichergestellt werden. Leitlinien bieten damit eine Orientierungshilfe für Ärzte und Ärztinnen und medizinisches Personal, basierend auf den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen und klinischen Studien.