

SERIE
**Sport am
Limit**

HEFT 6/2016:
Tauchtouren
für Diabetiker

HEFT 7/2016:
**Leistungssport
mit Diabetes**



Highspeed mit Diabetes



Autor **Dr. Meinolf Behrens** mb@diabetes-minden.de

Der Diabetologe und Sportmediziner **Dr. Meinolf Behrens** (Minden) spielt im Team des FC Diabetologie und ist Mitglied beim SV Werder Bremen.



US-Nationaltrainer Jürgen Klinsmann hätte es sicher gefallen, wenn Jordan Morris im letzten Winter zu Werder Bremen gewechselt wäre. Der kantige Stürmer zählt zu den größten amerikanischen Fußballtalenten – die amerikanische Antwort auf den britischen Superstar Wayne Rooney. Morris hat sich letztlich aber für eine Rückkehr zu den Seattle Sounders entschieden.

T1D
steht auf dem
Tattoo von
Jordan Morris

Der US-Nationalspieler hat seit seiner Kindheit Typ-1-Diabetes. Sehr bemerkenswert ist sein offener Umgang mit der Erkrankung. Auf dem rechten Unterarm trägt er eine Tätowierung „T1D“. Morris möchte mit der Tätowierung amerikanischen Medienberichten zufolge im Notfall schnell als Diabetiker erkannt werden – aber vor allem junge Diabetiker inspirieren und begeistern, ihren Weg auch mit Diabetes zu gehen. Genau diesen letzteren Gedanken verfolgen auch **die Special Ones** (Info rechts) – eine Grup-

pe von Leistungssportlern mit Typ-1-Diabetes. Ob Leichtathlet(in), Kickboxerin, Karatekämpfer, Rennradfahrer, Triathletin, Bodybuilder oder Fußballer: Sie alle beweisen täglich, dass Höchstleistungen im Sport mit Diabetes möglich sind.

Einer von ihnen ist der **Fußballtorwart Felix Petermann**: Seit seinem 17. Lebensjahr ist Petermann Typ-1-Diabetiker. Der ehemalige Junioren-Bundesligaspieler studiert Öffentlichkeitsarbeit und Kommunikation an der *San José State University* in Kalifornien und ist dort

Fotos: nordphoto/kokenge

Torwart (*der Goalie*, wie die Amerikaner sagen) im *SJSU Soccer Team*. Nach dem Bachelor-Abschluss im Sommer wird Petermann im September an die Elite-Universität in Stanford wechseln, um dort sein Master-Studium aufzunehmen. Mit dem SJSU Soccer Team hat er auch schon gegen den US-Fußballstar **Jordan Morris** gespielt, damals spielte Morris noch im Team der Stanford University.

Offen im Team und in der Öffentlichkeit mit dem Diabetes umzugehen, ist auch für Felix Petermann extrem wichtig. „Insgesamt empfinde ich den Umgang mit dem Diabetes hier in Amerika als wesentlich offener, speziell im Zusammenhang mit dem Leistungssport“, so Petermann. Das Wichtigste beim Leistungssport mit Diabetes ist für Petermann allerdings **das regelmäßige Blutzuckermessen**. Seit Juni 2014 nutzt Petermann auch im Sport ein CGM-System zur kontinuierlichen Glukosemessung. Die anfängliche Skepsis, der Sensor könnte beim Sport doch eher hinderlich sein, ist komplett der Begeisterung für das CGM gewichen. Kinesio-Tape, ein zusätzlicher Schaumstoffring und ein Neoprengurt sichern den Sensor auch bei Extrembelastungen.

Um das Verrutschen des Sensors muss sich Typ-1-Diabetiker **Daniel Schnelting**, 3-facher Deutscher Meister und Jugendeuropameister über 200 m, keine Gedanken machen. „Der Blutzucker beim Start muss aber exakt passen, idealerweise bei 140 mg/dl liegen“ (7,8 mmol/l, *Anm. d. Red.*), weiß auch der Leichtathlet um die Wichtigkeit der optimalen Blutzuckerkontrolle. Schnelting ist sich sicher, dass das ambitionierte sportliche Ziel vor Augen und die hiermit verbundene erforderliche Disziplin sich auch positiv auf die Stoffwechselführung des Leistungssportlers auswirken.

„Willst du mit deinem Diabetes deine sportlichen Ziele verwirklichen? Dann bist auch du ein Special One“, ist auf der Homepage der Special Ones zu lesen. Mit dem Wechsel von Jordan Morris zu Werder Bremen wäre die Bundesliga sicherlich um einen Special One bereichert worden. Schade, dass es nicht geklappt hat. ❄️

Kontakt: Dr. Meinolf Behrens // Diabeteszentrum Minden // Bismarckstraße 43 // 32427 Minden // Tel. 05 71/84 09 99 // E-Mail: mb@diabetes-minden.de // Internet: www.diabetes-minden.de

Die Special Ones und ihre Vision

Leistungssport und Diabetes mellitus Typ 1? Eine mögliche, aber seltene Kombination. Doch deshalb Einzelkämpfer sein? Kommt nicht in Frage! Ganz egal, welche Sportart und welche Therapie – gemeinsam erlangen wir mehr Wissen, um alle Leistungen mit Diabetes möglich zu machen.

Daniel Schnelting

Jahrgang: 1986
Diabetes: seit 1991
Sportart: Leichtathletik, Sprint
Therapie: ICT

Anja Renfordt

Jahrgang: 1980
Diabetes: Diagnose mit 1,5 Jahren
Sportart: Kickboxen – Disziplinen Leicht- und Vollkontakt
Therapie: seit 2006 Insulinpumpe, phasenweise CGM

Alexander Piel

Jahrgang: 1985
Diabetes: Diagnose mit 2 Jahren
Sportart: Karate
Therapie: ICT und CGM

Dr. Simon Strobel

Jahrgang: 1986
Diabetes: Diagnose mit 15 Jahren
Sportart: Rennradfahren
Therapie: Insulinpumpe

Dr. Melanie Schipfer

Jahrgang: 1982
Diabetes: Diagnose mit 14 Jahren
Sportart: Laufen und Triathlon
Therapie: seit 2003 Insulinpumpe, phasenweise CGM

Stephanie Hill

Jahrgang: 1989
Diabetes: Diagnose mit 9 Jahren
Sportart: Leichtathletik – Sprint und Weitsprung
Therapie: Insulinpumpe

Felix Petermann

Jahrgang: 1993
Diabetes: seit 2009
Sportart: Fußball (Torwart)
Therapie: ICT und CGM

André Volkmann

Jahrgang: 1989
Diabetes: seit 1995
Sportart: Bodybuilding
Therapie: ICT

Weitere Informationen zu den Special Ones und insbesondere ihren größten sportlichen Leistungen gibt es im Internet: **www.special-ones.de**