

In der Rubrik Diabetologie regional berichten wir aus den einzelnen KV-Regionen.



Kraft-Ausdauertraining im Fitnessstudio

Auszeichnungen Der TÜV Rheinland verleiht jetzt auch ein Gütesiegel „Diabetestraining geeignet“ für Fitnessstudios. Dr. Meinolf Behrens aus Minden weiß über die Details Bescheid.

Die Arbeitsgemeinschaft Diabetes und Sport der Deutschen Diabetes-Gesellschaft (DDG) hat gemeinsam mit dem TÜV Rheinland Kriterien für ein Gütesiegel „Diabetestraining geeignet“ erstellt. Fitnessstudios können ab sofort das Gütesiegel „Diabetestraining geeignet“ beim TÜV Rheinland beantragen.

Wissenschaftlich belegt ist, dass eine gute körperliche Leistungsfähigkeit unser Leben verlängert – und zwar unabhängig von einer mitunter vorliegenden Grunderkrankung. Gesichert und unbestritten ist der Nutzen körperlicher Akti-

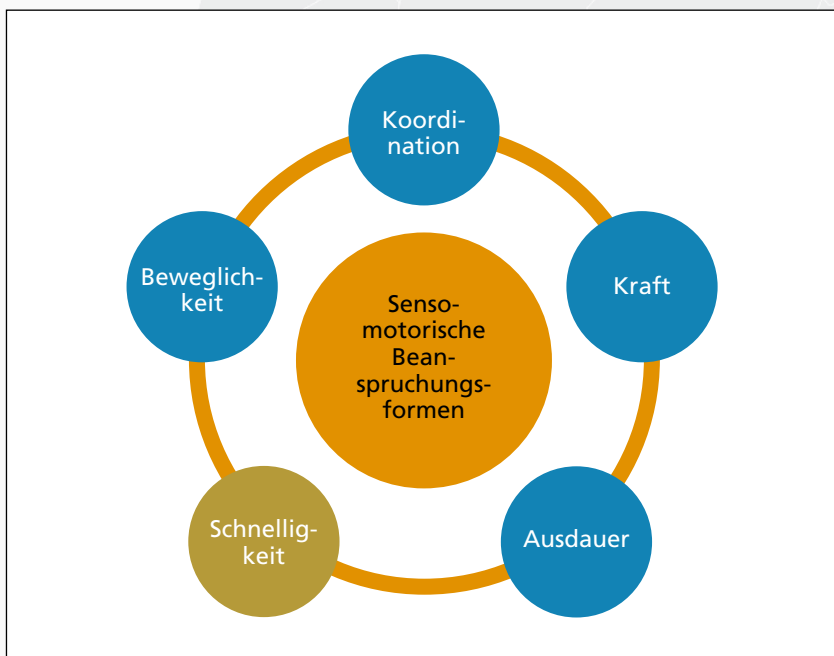
vität für Menschen mit Diabetes. Sowohl Ausdauer- wie auch Krafttraining allein verbessern die glykaemische Kontrolle, reduzieren das abdominale Fett, BMI, Blutdruck und verbessern inflammatorische Parameter.

Bei kombiniertem Training ist der Benefit allerdings am größten. Voraussetzung für ein erfolgreiches Training ist zweifelsfrei Freude und Spaß an der jeweiligen Bewegungsform.

Gesundheitsorientierte Programme sprechen idealerweise die sensomotorischen Hauptbeanspruchungsformen Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Ko-



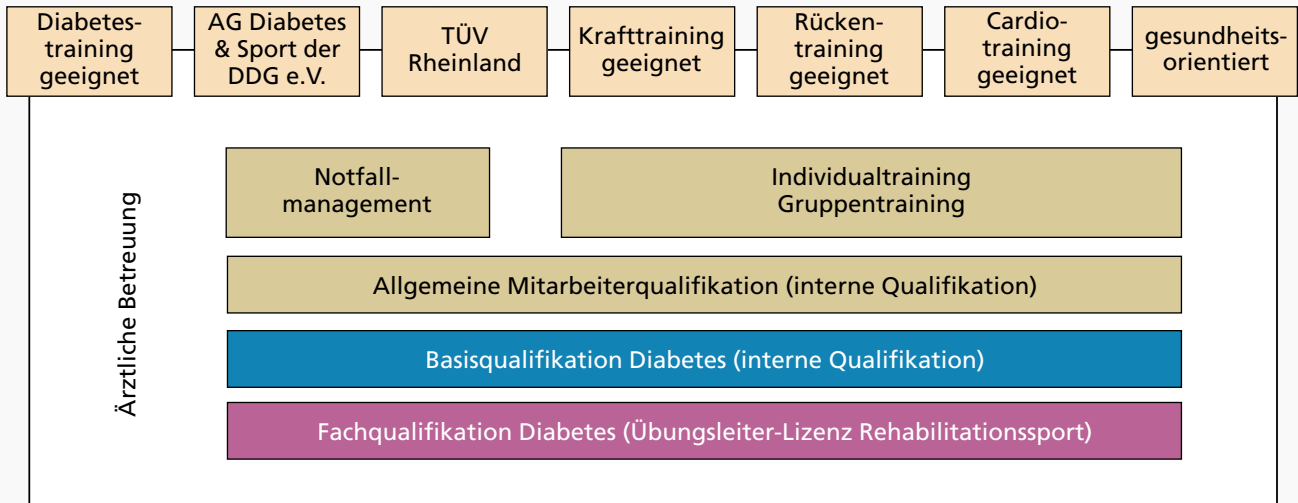
Aktivtraining: für Menschen mit Diabetes hoffentlich mit Gütesiegel.



Beanspruchungsformen im Diagramm.

ordination an. In einem gesundheitsorientierten Bewegungsprogramm sollten sich daher in Abhängigkeit von den physischen, psychomentalen und natürlich auch gesundheitlichen Voraussetzungen des Trainierenden Elemente aller genannten Beanspruchungsformen in unterschiedlicher Gewichtung wiederfinden.

Zahlreiche Fitnessstudios sind aufgrund personeller, apparativer und struktureller Voraussetzungen grundsätzlich in der Lage, abwechslungsreiche Sport- und Bewegungsprogramme für Menschen mit Diabetes anzubieten, die dem besonderen Anforderungspro-



Der TÜV Rheinland vergibt bereits seit längerem Gütesiegel für Fitnessstudios.

fil unter sporttherapeutischen und medizinischen Aspekten gerecht werden.

Leider ist es bisher weder Betroffenen noch Fachpersonal möglich gewesen, sich bei dem zunehmenden Angebot am Gesundheits- und Fitnessmarkt unter Qualitätsgesichtspunkten zu orientieren. Dies gilt nicht nur vor dem Hintergrund sich auf den Markt drängender Discount- und Billiganbieter.

Das Angebot zwischen Billiganbietern und qualitativ hochwertigen Fitnessanlagen unterscheidet sich nicht nur im Preis, sondern in der Regel auch in den ange-

botenen Dienstleistungen und Qualitätsmerkmalen.

Die Arbeitsgemeinschaft Diabetes und Sport der Deutschen Diabetes-Gesellschaft hat daher Kriterien für ein Qualitätssiegel erarbeitet.

Partner gefunden

Mit dem TÜV Rheinland hat die AG Diabetes und Sport einen Partner gefunden, der als eine unabhängige Institution über große Erfahrung in der Zertifizierung von Finesseinrichtungen verfügt. Der TÜV

Rheinland vergibt bereits seit längerem unterschiedliche Gütesiegel (Krafttraining geeignet, Rückentraining geeignet, Cardiotraining geeignet, gesundheitsorientiert) für Fitnessstudios, die der jeweiligen Einrichtung letztlich einen hohen Qualitätsstandard attestieren.

Ab November 2010 können Fitnessstudios zusätzlich das Gütesiegel „Diabetestraining geeignet“ beim TÜV Rheinland beantragen. Fitnessstudios sind allerdings bei der Umsetzung der Zertifizierung auf die Mitarbeit von engagierten Diabetesassistent(inn)en, Diabetesberater(inne)n und Diabetolog(inn)en angewiesen. Nur wenn das Thema Gesundheitssport im Fitnessstudio in der täglichen Betreuung unserer Patient(inn)en kommuniziert wird, wird es gelingen, diesen Sektor der Bewegungstherapie für Menschen mit Diabetes zu etablieren.

Unter Siegel von diabetesDE

Das Projekt wird unter dem Siegel von diabetesDE laufen und mit Öffentlichkeitsarbeit unterstützt werden. Weitere Informationen zur Zertifizierung von Fitnessstudios finden Sie auf der Homepage der Arbeitsgemeinschaft Diabetes und Sport der DDG (www.diabetes-sport.de). Ansprechpartner für das Projekt innerhalb der AG Diabetes und Sport ist Dr. Meinolf Behrens, Minden (mb@diabetes-minden.de).
Dr. Meinolf Behrens
Diabeteszentrum Minden-Porta



Qualität im Fitnessstudio unterscheidet sich nicht allein im, sondern vor allem in den angebotenen Dienstleistungen und Qualitätsmerkmalen.

Kirchheim-Forum Diabetes

21. - 22. 1. 2011 in Berlin



© soenne, aachen

Tagungsort: Pullman Berlin Schweizerhof

Die Themen

- ▶ Therapie des Typ-2-Diabetikers aus dem Baukasten?
- ▶ Ernährung pflegebedürftiger Menschen mit Diabetes
- ▶ VDBD-Fortbildung: Schulung und Beratung in Deutschland
- ▶ ZFD-Fortbildung: Die Schwerpunkte der podologischen Arbeit am diabetischen Fuß
- ▶ Extra-Fortbildung für Arzthelferinnen

Tagungspräsidenten

Dr. med. Bernd Donaubauer, Oschatz
Dr. Herbert Hillenbrand, Hirschberg

Bitte senden Sie diesen Coupon an:
Kirchheim-Verlag, Postfach 25 24,
55015 Mainz, Fax: 061 31/960 7061
Oder Anmeldung über www.kirchheim-forum.de

Tagungsgebühren:

a) Teilnehmer	bis 17.12.2010	105 €
	ab 18.12.2010	150 €
b) ermäßigt*	bis 17.12.2010	40 €
(s. Coupon)	ab 18.12.2010	65 €
c) Tageskarte	bis 17.12.2010	70 €
	ab 18.12.2010	85 €
d) Tageskarte**	bis 17.12.2010	70 €
für Podologen	ab 18.12.2010	90 €
e) Presse frei		

Zertifizierung:

Ihre Teilnahme wird von der Ärztekammer Berlin zertifiziert.

Stornierung:

Änderungen und Stornierungen der Anmeldung bedürfen der Schriftform. Bei Stornierung der Tagungsteilnahme bis zum 10. 1. 2011 wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 25,00€ einbehalten. Bei Stornierungen ab dem 11. 1. 2011 werden keine Gebühren zurückerstattet.

Mehr Infos unter: www.kirchheim-forum.de

Kirchheim-Forum Diabetes Berlin 2011

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Ich komme vom 21.-22. 1. 2011. | <input type="checkbox"/> Bitte schicken Sie mir kostenlos das ausführliche Vorprogramm mit allen wichtigen Informationen zu. |
| <input type="checkbox"/> Ich komme am _____ 2011 (Tageskarte). | |
| <input type="checkbox"/> *Ich bin Assistenzarzt, Arzthelferin, Diät- oder Diabetesassistentin, Diabetes-Pflegekraft, Krankenschwester oder VDBD-Mitglied (bitte Bestätigung beifügen). | |
| <input type="checkbox"/> ** Ich bin Podologe (bitte Bestätigung beifügen) | |

Name/Vorname E-Mail

Institution/Firma (entfällt bei Privatadresse)

Straße/Postfach PLZ/Wohnort/Land

Telefon/Telefax Datum/Unterschrift

Ja, ich bin damit einverstanden, dass der Kirchheim-Verlag mich künftig schriftlich, per E-Mail oder per Telefon über aktuelle Angebote aus seinem Programm informiert. Dieses Einverständnis kann ich jederzeit widerrufen.