

# Vom Sofa auf die Marathonstrecke

Deutsches Diabetes-Laufprogramm geht in die zweite Runde und expandiert

MONHEIM (shl). Im April startete das größte Diabetes-Laufprogramm Deutschlands unter der sportwissenschaftlichen Federführung der Deutschen Sporthochschule Köln und der medizinischen Leitung des Diabeteszentrums des Krankenhauses Köln-Weyertal.

Idee und Motivation des professionellen Lauftrainings für Diabetiker ist es, Sport bewusst therapiebegleitend gegen die Krankheit einzusetzen. UCB, Bayer Healthcare und die ABDA unterstützen und begleiten das Diabetes Programm Deutschland.

Der Erfolg im vergangenen Jahr war ein Ansporn, die Teilnehmerzahl auf 200 zu erhöhen und in weiteren deutschen Großstädten Laufgruppen anzubieten: Auf den Köln-Marathon im Oktober 2012 bereiten sich diesmal auch Läufer in Düsseldorf, Frankfurt, Berlin und Hamburg vor. „Gemeinsam mit der Deutschen Sporthochschule Köln wollen wir ein Zeichen setzen“, so Steffen Fritzsche, Leiter Unternehmenskommunikation bei UCB, zum Auftakt des diesjährigen Programms. „Denn dieses unkonventionelle Konzept motiviert Menschen, ihrem Leben – trotz einer chronischen Erkrankung – wieder neue positive Seiten abzugewinnen.



Diabetes-Laufgruppen gibt es jetzt in mehreren deutschen Städten.

© DPD

Das Diabetes-Programm umfasst für die Teilnehmer leistungsdiagnostische Untersuchungen, einen individuell abgestimmten Trainingsplan, Informations-Veranstaltungen zu den Themen Diabetes und Sport sowie ein Lauftraining in kleinen Gruppen. Inklusiv sind auch Blutzuckermessgeräte und Test-

streifen sowie Laufbekleidung. Im Frühjahr vergangenen Jahres waren über 100 Interessenten einem Aufruf zur Beteiligung am Diabetes-Programm Köln gefolgt. Viele Teilnehmer mit Diabetes Typ 2 konnten die Medikamente drastisch reduzieren und einige sogar ganz absetzen.

Arzneimittel Zeitung April 2012