LandFrauenVerband informierte über Prävention und Therapie von Diabetes

Engagierter Vortrag von Dr. Uwe Böckmann begeisterte Neumünsters Landfrauen

„Zehn Prozent von ihnen haben Diabetes, aber die Hälfte davon weiß es nicht“, leitete Dr. Uwe Böckmann von der Schwerpunktpraxis Diabetes in Neumünster seinen Vortrag: „ Was sie schon immer über Diabetes wissen wollten“ ein. Vor 48 Landfrauen und Gästen setzte er in den Holstenhallen den Schwerpunkt auf Diabetes 2 und erläuterte Möglichkeiten von Vorbeugung und Therapie. Er informierte für alle verständlich und gewann dem Thema sogar humorvolle Aspekte ab, so dass sein Publikum bis zum Schluss konzentriert zuhörte. Sein Rat: „Sich bewegen und schädliches Bauchfett abbauen“.

Dorit Hartz, 1. Vorsitzende des LandFrauenVereins Neumünster und Umgebung, dankte dem Diabetologen, dass er sich im Rahmen der Gesundheitsaktion Zeit genommen habe. Die Aktion des LandFrauenVerbandes Schleswig-Holstein thematisiere in Kooperation mit der Ärztekammer Schleswig-Holstein jedes Jahr ein anderes Krankheitsbild.

Seinen Vortrag unterstrich der Arzt mit Bildern und Grafiken. Mit dem Comic eines bienenumschwärmten Mannes am Urinal sorgte er für einen lockeren Einstieg in die ernste Zivilisationskrankheit Diabetes, die übersetzt „süßer Durchfluss“ heißt. Er zeigte, wie man mit wenigen Testfragen das Risiko einer Erkrankung ermitteln kann. Böckmann empfahl, auch schon vorbeugend, Vollwertkost, wenig Fleisch, Süßes, Rauchen und Alkohol, dazu 150 Minuten zügige Bewegung pro Woche. Er geißelte besonders das Bauchfett. Das sei eine „Hexenküche“, die zu Erkrankungen wie Hypertonie, Thrombose und Insulinresistenz führe mit einem Spektrum an Folgeschäden. Böckmann erläuterte Wirkung und Bedeutung des 1921 entdeckten Insulins und räumte mit Irrtümern zum Insulin auf wie der Angst vor Spritzen, Unterzuckerung und Gewichtszunahme. Möglichst frühzeitig eingesetzt, sei es wirkungsvoller und flexibler an den Tagesablauf anzupassen als Tabletten, deren Nutzen meistens nicht nachgewiesen sei. „ Eine Schulung für den Insulingebrauch ist aber unbedingt erforderlich“, betonte er. Herzlicher Beifall belohnte seinen informativen Vortrag.

„Alle waren total begeistert“ zog Dorit Hartz nach Gesprächen mit den anderen Landfrauen positive Bilanz. UK