

## Pressemitteilung

Forscherguppe Diabetes der Technischen Universität München

Claudia Pecher

06.12.2011

<http://idw-online.de/de/news454860>

Forschungsergebnisse, Wissenschaftliche Tagungen  
Medizin  
überregional



## Gestationsdiabetes - Medizinische Fachwelt diskutiert über Gegenmaßnahmen

**Gewichtskontrolle in der Schwangerschaft und Sport für Schwangere – diese Präventionsmaßnahmen gegen Gestationsdiabetes (Schwangerschaftsdiabetes) propagierten die Teilnehmer des Symposiums „Gestationsdiabetes – Gewicht – Bewegung“ am Wochenende im Klinikum rechts der Isar. Mit der Atemgasanalyse stellte das Institut für Diabetesforschung, Helmholtz Zentrum München ein Diagnoseverfahren der Zukunft vor.**

Das Thema Gestationsdiabetes hat Brisanz – das beweist allein das große Interesse unter den Medizinern und Diabetesberatern, die aus dem gesamten Bundesgebiet zu der Fortbildungsveranstaltung der Forschergruppe Diabetes der TU München und des Instituts für Diabetesforschung, Helmholtz Zentrum München angereist waren. Brisanz hat das Thema aber vor allem, weil die Zahl der Gestationsdiabetikerinnen hierzulande steigt – nach neueren Schätzungen sind, die Dunkelziffer inbegriffen, 6,6 Prozent aller Schwangeren betroffen.

Für Mutter und Kind bleibt auch nach der Schwangerschaft ein Diabetes-Risiko bestehen. 14 Prozent der Schwangeren mit Gestationsdiabetes müssen Insulin spritzen, rund 60 Prozent von ihnen sind drei Jahre nach der Schwangerschaft an Typ 2 Diabetes erkrankt. Das ergab eine Studie der Forschergruppe Diabetes zu Gestationsdiabetes, welche die Leiterin Prof. Anette-Gabriele Ziegler vorstellte. Auf Grund der aufschlussreichenden Ergebnisse führt die Forschergruppe Diabetes derzeit die neue Studie PINGUIN (Postpartale Intervention bei Gestationsdiabetikerinnen unter Insulintherapie) zur Prävention von Typ 2 Diabetes bei Gestationsdiabetikerinnen durch.

Statt „Essen für zwei“ raten Ärzte im Hinblick auf den Gestationsdiabetes eher zu einer Gewichtskontrolle: Nach Aussage von Dr. Ljiljana Hastreiter vom Else-Kröner-Fresenius-Zentrum für Ernährungsmedizin ist der Energiebedarf im ersten Schwangerschaftsdrittel nicht erhöht. „Im zweiten und dritten Drittel reicht ein Käsebrot mehr pro Tag aus, um den gesteigerten Bedarf zu decken“, sagt Hastreiter. Dies entspreche in etwa 200 bis 300 Kalorien.

Dr. Katrin Esefeld vom Zentrum für Prävention und Sportmedizin der TU München empfiehlt Schwangeren ein Ausdauer- oder Krafttraining von einer halben Stunde an drei Tagen die Woche. „Walking und Workout mit dem Fitnessband eignen sich hierfür besser als Ballsportarten mit einem hohen Verletzungsrisiko oder hoher Gelenkbelastung“, so Esefeld.

Mit einer Gewichtskontrolle der Schwangeren ist der erste Schritt getan, um auch beim Kind Übergewicht zu vermeiden. Laut Kinderärztin Prof. Olga Kordonouri aus Hannover ist in Deutschland jedes sechste bis siebte Kind übergewichtig. Bewegungsprogramme könnten das Auftreten von Adipositas bei Kindern um zehn bis zwölf Prozent reduzieren, wenn sie vor dem Schulalter begonnen werden. Damit würde sich bei den Kindern gleichzeitig das Risiko verringern, später an Typ 2 Diabetes zu erkranken.

Gängige Praxis bei der Diagnose von Gestationsdiabetes ist nach wie vor ein Zuckerbelastungstest. Die Zukunft hält aber weitere Methoden der Diagnostik bereit: So stellte Joerg Maier vom Institut für Diabetesforschung die Atemgasanalyse vor. In seiner Studie aus dem Jahr 2010 konnte die Stoffwechselerkrankung auf Grund von vergleichenden Messungen verschiedener organischer Verbindungen erkannt werden. Sie wurden im Verlauf eines oralen Glukosetoleranztests (oGTT) vorgenommen. „Das Atemluft-Profil spiegelte die medizinische Einteilung des klassischen Zuckerbelastungstests wider“, fasst Maier die Ergebnisse zusammen.

In einem Punkt waren sich die Referenten einig: Dem Gestationsdiabetes müsse mehr Aufmerksamkeit geschenkt werden – am besten durch Kontrollen in Form eines Screenings aller Schwangeren und bessere Aufklärung in Arztpraxen.

Interessentinnen an der PINGUIN Studie steht eine Teilnahme noch offen. Sie können sich unverbindlich informieren bei:

Institut für Diabetesforschung der Forschergruppe Diabetes e.V. Helmholtz Zentrum München  
Leitung Prof. Anette-Gabriele Ziegler  
Ingolstädter Landstraße 1, 85764 Neuherberg  
Telefon: 089/ 3187-4796  
E-Mail: [penguin@lrz.uni-muenchen.de](mailto:penguin@lrz.uni-muenchen.de)  
[www.penguin-studie.de](http://www.penguin-studie.de)

Weitere Informationen zu Studien des Instituts für Diabetesforschung:

Leitung Prof. Anette-Gabriele Ziegler  
Ingolstädter Landstraße 1, 85764 Neuherberg  
Tel.: 089/3187-3157 oder -2547  
E-Mail: [prevent.diabetes@lrz.uni-muenchen.de](mailto:prevent.diabetes@lrz.uni-muenchen.de)  
[www.helmholtz-muenchen.de/idf1](http://www.helmholtz-muenchen.de/idf1)



Mediziner und Diabetesberater trafen sich in München, um über die Prävention von Gestationsdiabetes zu diskutieren  
"Foto: Forschergruppe Diabetes/TU München"



6,6 Prozent aller Schwangeren entwickeln einen Gestationsdiabetes  
"Foto: Forschergruppe Diabetes/TU München"