

Rehasport: Diabetes

Beim Diabetes mellitus handelt es sich um eine chronische Stoffwechselerkrankung, die durch einen erhöhten Blutzuckerspiegel gekennzeichnet ist. Es werden hauptsächlich zwei Diabetesformen unterschieden:

Typ-1-Diabetes beginnt meist in der Jugend und hat seine Ursache in einer Zerstörung der Insulin produzierenden Zellen.

Typ-2-Diabetes betrifft dagegen meist ältere Menschen, er beginnt langsam und beruht auf einer zunehmenden Unempfindlichkeit der Zellen gegenüber dem Insulin.

Die Ziele des Sports für Diabetes-Betroffene sind vielseitig. Im Vordergrund jeder Übungsstunde steht der Spaß an gemeinsamen sportlichen Aktivitäten, wobei medizinische und sportwissenschaftliche Erkenntnisse über Diabetes mellitus Berücksichtigung finden. Die Therapiestunde bietet den Teilnehmern ein Sportangebot, das den persönlichen Voraussetzungen angepasst ist. Dies wird durch speziell ausgebildete Physiotherapeuten / FachübungsleiterInnen erreicht.

Zielsetzungen:

- Steigerung der Insulin-Sensibilität
- Senkung des Blutzuckerspiegels
- Verringerung der Medikamentendosis
- Verbesserung des Glukose- und Fettstoffwechsel
- Positive Beeinflussung der Risikofaktoren für eine koronare Herzkrankheit
- Verbesserung der Ausdauer und Koordination
- Verbesserung der Selbstwahrnehmung
- Motivation zum lebenslangen Sporttreiben



Info und Anmeldung; 04261-77 2506
Donnerstag: 11:00-12:00 Uhr
Ort: Kursraum im Reha Zentrum Diako

Schirmherr:
Chefarzt Prof. Dr. Arnold
II. Medizinische Klinik
Gastroenterologie, Stoffwechselerkrankungen, Diabetes-Zentrum
im Diakoniekrankenhaus Rotenburg (Wümme)



Reha Sportgemeinschaft e.V. * Lindenstr.18 * 27356 Rotenburg-Wümme

Tel.: 04261-77 2506 * Fax 04261-77 2503

info@rsg-diako.de * www.rsg-diako.de

