



PRESEMITTEILUNG

Süßes, sonst gibt's Saures

Darauf sollten Kinder mit Diabetes an Halloween achten

Berlin – In der Nacht des 31. Oktober feiern auch hierzulande wieder viele Menschen den aus den USA stammenden Gruselbrauch Halloween. Vor allem Kinder verkleiden sich als Hexen, Monster und Skelette, ziehen von Haus zu Haus und rufen „Süßes, sonst gibt's Saures“. Natürlich dürfen auch Kinder mit Diabetes Typ 1 und Typ 2 zu Anlässen wie Halloween naschen. Sie sollten aber die Menge der Kohlenhydrate im Auge behalten. Wie das gelingt und welche gesunden Alternativen zu den meist zucker-, und fetthaltigen Gaben infrage kommen, erklärt Diabetesberaterin Michaela Berger am 17. Oktober 2018 im Experten-Chat von diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe. Fragen können ab sofort auf www.diabetesde.org/chat eingesendet werden.

In Deutschland haben 31 000 Kinder und Jugendliche im Alter von 0 bis 19 Jahren Diabetes Typ 1. Durch die Zunahme von Übergewicht, Fehlernährung und weniger Bewegung wird auch die erworbene Typ-2-Form von Diabetes immer häufiger bei Kindern und Jugendlichen diagnostiziert. In Deutschland treten jährlich etwa 200 neue Typ-2-Erkrankungen bei Patienten im Alter von zwölf bis 19 Jahren auf (1). Trotz ihrer Erkrankung wollen und sollen auch sie an den normalen Aktivitäten ihrer Altersgenossen teilhaben – das gilt auch an Halloween, wenn Kinder verkleidet bei ihren Nachbarn klingeln und Süßigkeiten erhalten.

Grundsätzlich sind Süßigkeiten und Knabberwaren für Kinder und Jugendliche mit Diabetes nicht tabu. „Für Kinder mit Diabetes Typ 1 gilt, den Überblick über die Menge der Kohlenhydrate nicht zu verlieren, um die richtige Insulindosis zu errechnen und zu spritzen“, betont Michaela Berger, Vorstandsmitglied diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe. „Denn ihr Körper produziert kein Insulin mehr, das den Blutzucker senkt.“ Im Gegensatz dazu produziert die Bauchspeicheldrüse von Kindern und Jugendlichen mit Diabetes Typ 2 meist noch Insulin, nur sind die Zellen weniger sensibel für das Hormon. „Übergewichtige Kinder mit Diabetes Typ 2 sollten daher bei der Halloween-Nascherei auch auf die Kalorien achten“, ergänzt die Diabetesberaterin. „Natürlich sollten auch stoffwechselgesunde Kinder nicht zu viele zucker- und fetthaltige Snacks essen.“

Wer sich auf den Besuch kleiner Halloweenbegeisterter einstellt oder selbst eine ganze Halloweenparty organisiert, kann Kindern auch mit anderen Gaben eine Freude bereiten: „Vollkorn- statt Weißmehlgebäck oder auch etwas ganz anderes, etwa ein kleines Spielzeug oder bunte Malstifte können Alternativen sein“, sagt Michaela Berger. Anregungen und Antworten auf Fragen dazu gibt die Diabetesberaterin am 17. Oktober 2018 im diabetesDE Experten-Chat von 17 bis 19 Uhr.

Quellen:

Danne T, Ziegler R (2017): Diabetes bei Kindern und Jugendlichen. In: Deutscher Gesundheitsbericht. Diabetes 2018. Die Bestandaufnahme.

Mehr Informationen:

[BE-Liste für Halloween](#)

Terminhinweis:

[Experten-Chat zum Thema „Halloween – Wie viel Süßes und Saures für Kinder?“ mit Diabetesberaterin](#)

[Michaela Berger:](#)

[Mittwoch, den 17. Oktober 2018, 17.00 bis 19.00 Uhr](#)

Ihre Kontakte für Rückfragen:



diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe
Nicole Mattig-Fabian (Geschäftsführung)
Albrechtstr. 9
10117 Berlin
Tel.: +49 (0)30 201 677-12
Fax: +49 (0)30 201 677-20
E-Mail: mattig-fabian@diabetesde.org
www.diabetesde.org
www.deutsche-diabetes-hilfe.de

Thieme PR Agentur
Medizinkommunikation Stuttgart
Julia Hommrich
Pf 30 11 20, 70451 Stuttgart
Tel.: +49 (0)711 8931 423
Fax: +49 (0)711 8931 167
E-Mail: hommrich@medizinkommunikation.org
www.diabetesde.org
www.deutsche-diabetes-hilfe.de

diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe ist eine gemeinnützige und unabhängige Organisation, die Menschen mit Diabetes, Diabetesberater, Ärzte und Forscher vereint. Gemeinsam schaffen wir Öffentlichkeit für das Thema und vertreten die Interessen der Menschen mit Diabetes. Wir setzen uns für eine bessere Prävention, Versorgung und Forschung im Kampf gegen die Volkskrankheit Diabetes ein. Die Krankheit breitet sich auch in Deutschland rasch aus. 6,7 Millionen Menschen sind von Diabetes betroffen und jeden Tag kommen fast 1 000 Neuerkrankte hinzu.

Gegründet wurde diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe von der Deutschen Diabetes Gesellschaft (DDG, www.ddg.info) und dem Verband der Diabetes-Beratungs- und Schulungsberufe in Deutschland (VDBD, www.vdbd.info). Die Selbsthilfe ist innerhalb von diabetesDE durch die selbstständige Selbsthilfeorganisation Deutsche Diabetes-Hilfe – Menschen mit Diabetes (DDH-M, www.ddh-m.de) vertreten.

Spendenkonto Bank für Sozialwirtschaft, IBAN: DE59 1002 0500 0001 1888 00, BIC: BFSWDE33BER

Wenn Sie keine Informationen von diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe mehr wünschen, senden Sie bitte eine Mail an: hommrich@medizinkommunikation.org.