

Workshop

Tanzen macht Diabetikern Spaß

AALEN (kul) - Diabetikern wird selbst der Alltag zum Problem, betroffene Kinder leiden ganz besonders unter den vielen Einschränkungen. Das muss nicht sein, meint Dr. Markus Krüger, Oberarzt am Ostalb-Klinikum. Er zeigt Jugendlichen, wie sie ihr Leben ganz normal gestalten können.

„Rythm' of Nation“ braust durch die Boxen. „3-2-1 – und noch einmal“, ruft der Aalener Fitnesstrainer Martin Neumann, doch einige Jazzdancer haben Mühe, Schritt zu halten. Auch wenn den Elf- bis 15-jährigen das Tanzen sichtlich Spaß macht, gewohnt sind sie es nicht. Mäßigung war bis dato ihr Credo. Der Grund: Bei ihnen lauert permanent Unterzuckerungsgefahr. Alle zwölf Mädchen und Jungen, die an Dr. Krügers Workshop teilnehmen, sind zuckerkrank.

Diabetes mellitus Typ 1, so die genaue Bezeichnung, ist eine Autoimmunkrankheit, bei der insulinproduzierende Beta-Zellen in der Bauchspeicheldrüse zerstört werden. Warum, weiß niemand so recht. Gewiss ist: Diabetes beginnt beschwerdelos, doch wenn nur noch 15 Prozent der Beta-Zellen funktionieren, kommt es zu den typischen Symptomen. „Die Kinder haben ständig Durst, Gewicht und Leistungsfähigkeit nehmen ab“, erklärt

Dr. Krüger. Als Spezialist für Kinderdiabetologie ist er der ausgewiesene Ansprechpartner: „Die Anzeichen für Diabetes sind eindeutig.“

Mit seinen Workshops will er Eltern und Kindern Mut machen, ihnen zeigen, dass trotz aller Vorsichtsmaßnahmen Diabetiker überall mit dabei sein können.

„Ich habe mich bei allem zurückgehalten, weil ich die Folgen nicht abschätzen konnte“, sagt die 13-jährige Nina, und ihre ein Jahr jüngere Freundin Anna meint: „Wir wissen, dass wir vorsichtig sein müssen, aber jetzt wissen wir auch, dass wir uns mehr trauen dürfen.“

Partyfeiern ohne Aufsicht

Ins Kino zu Coke und Popcorn gehen, klettern, schwimmen, picknicken, grillen – was bisher tabu war, ist nun erlaubt, selbst ausschlafen. Paradiesische Zustände für Jugendliche, die sich bisher Sorge um den Blutzuckerspiegel machen mussten. Die größte Hürde am Schluss: Partyfeiern ohne Aufsicht. Essen, trinken, tanzen – hier müssen sie beweisen, ob sie sich im Griff und verstanden haben, wie sie trotz Diabetes normal leben können. „Vorausschauend handeln und offen mit der Krankheit umgehen – wer das gelernt hat, bewältigt auch den Alltag“, resümiert Dr. Krüger.



Essen, trinken, tanzen – ein (fast) normales Leben zu führen ist der Traum von Nina (Zweite von links) und Anna (Zweite von rechts). Wie, das haben die beiden beim Diabetiker-Workshop von Dr. Markus Krüger erfahren. Zwischen den Übungen hieß es aber Blutzuckermessen und die Werte von der Ärztin Sandra Stegmaier (links) und Kinderkrankenschwester Erika Thiele (rechts) beurteilen zu lassen.

Foto: Kullmann