

27. Arzt – Patienten – Seminar (APS)
der AG Diabetes, Sport und
Bewegung der DDG vom 31.8. –
3.9.2023 in Saulgrub

Von der Wissenschaft zum Gipfelkreuz

Der Anspruch an das APS war hoch nach dem großartigen Seminar 2022. Diesen zu toppen war der unausgesprochene Wunsch des Seminarleiters Dr. Peter Zimmer. Diesen Wunsch hegten auch die 25 Teilnehmer:innen aus Bayern, Baden – Württemberg, Rheinland – Pfalz, Hessen, NRW und erstmalig aus Tirol.

Alles easy? Nein. Ein Unwetter in der Region stürzte den friedlichen Nachbarort Bad Bayersoien ins Chaos, was auch Auswirkungen auf die Vorbereitungen des Seminars hatte. Nichts desto trotz entwickelte sich das Seminar zu einer harmonischen Einheit mit vielen Highlights, wie die Stimmen zum APS unschwer erkennen ließen.

Drei Stimmen zum APS 2023:

„sensationell“

„perfekt wie immer“

„wurde sofort in die Gruppe aufgenommen, habe viel gelernt“

Donnerstag, 31.8.2023

Punkt 12:30 Uhr eröffnete der Seminarleiter unter den Klängen der Allgäuer Kuhglocke das 27. APS. In seiner Ansprache würdigte er die perfekte Organisation durch Birgit Hansel, das großzügige Sponsoring der Firmen Abbott, Lilly, Medtronic, Sanofi, Insulet/Omnipod, VitalAire, DiaExpert und dem BVS Bayern sowie das großartige Engagement der Betreuer. Nach dem Mittagessen und einer Vorstellungsrunde schafften es die Tennislehrer, Spaß mit der gelben Filzkugel zu verbreiten, währenddessen eine kleine Gruppe nicht ambitionierter Ballsportler den Froschhausersee umrundeten.



Abb1.

Tennistraining

Anschließend Fahrt nach Saulgrub zum Einchecken und zum Anlegen der Sensoren zur kontinuierlichen

Gewebezuckerbestimmung. Um 20:00 Uhr versammelten sich die Seminaristen:innen zu einem ersten Highlight dieses Kurses zu dem Vortrag von Prof. Othmar Moser vom Institut für Physiology and Exercise der Uni Bayreuth. Othmar Moser führte die begeisterte Zuhörerschaft zu den Fußangeln der Insulintherapie mit resultierenden Hypo- bzw. Hyperglykämien, die für so manchen Mensch mit Typ 1 Diabetes den Verzicht auf körperliche Betätigung bedeutete. Eine vom Institut geplante App soll das in Zukunft verhindern, indem der Insulin- und KH – Bedarf, abhängig von Ausgangswert und Sportart, antizipiert wird. Es entwickelte sich eine angeregte Diskussion, die noch im Bierstüberl fortgesetzt wurde.



Abb.2 Prof. Othmar Moser



Abb.1 Frühgymnastik

Freitag, 1.9.2023

Der Tag begann mit einer Frühgymnastik, gestaltet von Christine Katzenbogen, die trotz der frühen Stunde gut besucht war. Bestens gelockert machten sich zwei Gruppen auf zur aktiven Sportdurchführung: Die Radlergruppe unter Andrea und Peter Hainzinger begab sich auf den anspruchsvollen Parcours zum Staffelsee und Murnauer Moor und konnte 23 km und 400 Höhenmeter vorweisen. Dank entsprechender Insulinreduktion und etlichen Sport – BEs kam es zu keinen Hypoglykämien, wohl aber zu einem platten Reifen. Die Wandergruppe unter dem spontan engagierten Führer des Aurahotels schafften immerhin 12.000 Schritte. Die Anmerkungen zur hiesigen Fauna und Flora erweiterte die Wanderung

zu einer interessanten biologischen Exkursion.



Abb. 3 Die Walking - Gruppe

Der Nachmittag war dem aktuellen Thema „AID“ (Automated Insulin Delivery) gewidmet. Dr. Corinna Sieh lieferte, unterstützt von ihren Mitarbeiterinnen Natja Wilhelm und Andrea Hainzinger, die nötigen Hintergrundinformationen zu den aktuell verfügbaren Kombinationen von Pumpen und Sensoren. Die neue Technik gab Anlass zu vielen Fragen hinsichtlich Anwendung, Verordnung und möglichen Ausfällen bei den drei beteiligten Komponenten.

Parallel fand die Industrieausstellung statt. Viele Fragen zu den ausgestellten Produkten konnten beantwortet und neue Kontakte geknüpft werden. Die Night Session war ein weiteres Highlight dieses Seminars. Sowohl das Thema „Wie zufrieden sind Menschen mit Typ 1 D.m. mit der ambulanten/stationären

Versorgung?“ als auch die Art der Kommunikation als Talk – Runde versprachen eine lebhaftere Diskussion: Die Moderation übernahm Dr. Peter Borchert, den Einführungsvortrag Dr. Johann Völkl. Quintessenz war, dass bzgl. der Versorgung im Krankenhaus so manches im Argen liegt (z.B. kein Diabetologe am Haus, geschlossene Diabeteseinrichtungen, Unkenntnis bzgl. Pumpen u.v.m.). Das Fazit kann durchaus als Antrag an die Politik verstanden werden, nämlich die Infrastruktur der stationären Einrichtungen schnell und effizient zu verbessern.



Abb.4 Die Radler - Gruppe

Samstag, 2.9.2023

Wieder perfektes Wanderwetter – geradezu ideal, um den nahe gelegenen Berg, das Hörndl, zu erstürmen. Angepasst an die Fitness der Teilnehmer:innen wurden drei

Gruppen zusammen gestellt, eine schnelle, eine langsamere und eine „Sesselbahngruppe“. Vom Gipfel des Hörndls genossen alle den phantastischen Blick ins Voralpengebiet und die Jause im Berggasthof. Mit dem Alpenglücken im Rücken und der Befriedigung, diese Herausforderung bzgl. Fitness und Insulin – Management gut erbracht zu haben, versammelte man sich zu einem stimmungsvollen Grillabend bei bayerischer Musik mit zwei Musikanten, die wegen der enormen Hagelschäden im Nachbarort Bad Bayersoien umsonst musizierten. Die anschließende Sammlung ergab immerhin 400 € als Spende für den Hilfsfond. Bei offenem Feuer im Feuerkorb saßen alle noch lange, bis die nächtliche Kälte die letzten Gäste um 1:00 Uhr in die Betten scheuchte.



Abb. 5 Die Musiker spielen auf

Sonntag, 3.9.2023

Letzter Tag des Seminars und etwas Wehmut in den Gesichtern. Noch aber gab es eine Pflichtveranstaltung zu meistern: Die Analyse der CGM – Kurven und Protokolle der letzten 3 Tage. Die Interpretation der Kurven durch die begleitenden Ärzte ist für alle lehrreich und führt zu manch einer Verbesserung der Einstellung. Weitere Analysen können auch nachträglich durchgeführt werden.



Abb. 6 Rund um den Feuerkorb

Um 11:30 war das APS 2023 zu Ende. Viele hätten gerne eine Verlängerung gehabt, aber die Gedanken an das Erlebte haben die Herzen erfüllt und tragen sicherlich dazu bei, die Wintersaison besser zu überstehen.



Abb. 6 Gruppenfoto

Autor: Dr. P. Zimmer