

Diabetiker- Lebensmittel - 16. Änderung der Diätverordnung

Nach aktuellem wissenschaftlichem Kenntnisstand benötigen Personen mit Diabetes mellitus keine speziellen „Diabetiker- Lebensmittel“. Für sie gelten inzwischen die gleichen Empfehlungen einer gesunden vollwertigen Ernährung, wie sie von der DGE für gesunde Erwachsene generell empfohlen werden. Am 09.10.2010 ist die 16. Änderung der Diätverordnung für Diabetiker-Lebensmittel in Kraft getreten.

Bei Typ 2-Diabetes mit Übergewicht, steht die Gewichtsreduktion mit einer kalorien- und fettarmen, ballaststoffreichen Ernährung im Vordergrund. Deshalb wurde der §§ 12 der Diätverordnung gestrichen, welcher Vorgaben für die Verwendung bestimmter Zuckeraustauschstoffe in Diabetiker-Lebensmitteln und deren Gehalt an Fett, Alkohol, Brennwert und Kohlenhydraten festlegte.

In diesen speziellen „Diabetiker-Lebensmitteln“ wurde der Haushaltszucker durch Fruchtzucker oder Zuckeralkohole ersetzt (Sorbit, Mannit, Isomalt, Maltit, Xylit). Diese Zuckeraustauschstoffe haben gegenüber dem üblichen Zucker (Saccharose) keine nennenswerten Vorteile im Bezug auf die Blutglucosekonzentration. Eine erhöhte Fructosezufuhr kann vielmehr die Triglyceride und das LDL-Cholesterol erhöhen. Beide Faktoren begünstigen die Entstehung der Arteriosklerose und erhöhen so das kardiovaskuläre Risiko.

In §§ 28 der Diätverordnung ist eine zweijährige Übergangsfrist vorgesehen, bis 24.09.2012. Danach dürfen keine „Diabetiker-Produkte“ mehr in den Handel kommen. Mit der Aufhebung der Vorschrift für Diabetiker-Lebensmittel ist auch der Wegfall der BE-Kennzeichnung verbunden. Das BE-System, mit dem ausschließlich in Deutschland, Österreich und der Schweiz gearbeitet wurde, ist für Diabetiker überflüssig.

Diabetiker benötigen individuelle Ernährungspläne, intensive Schulung und Information über die Zusammensetzung der Lebensmittel. Diabetiker können bis zu 50g reine Glukose täglich zuführen (DDG)

Die 16. Diätverordnung ist in der Kostform „DGE 2000“ oder „DGE-Kost 1000/1500“ abgebildet und wird am Krankenhaus Barmherzige Brüder München angewandt.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die Ernährungsberatung (-2028) im Haus oder das ZEP (-2029)

Ihr Ernährungsteam am Krankenhaus Barmherzige Brüder München
Prof. Dr. J.G. Wechsler, Dr. H. Hagen, M. Bischoff, B. Hann, E. Kolodziej, J. Neumeier