

## Diabetes und Sport

### Information:

Sportliches Training geht meist mit einer Verbesserung der Glucosetoleranz (Zucker-Verwertung) und einer Erhöhung der Sensibilität des Körpers für Insulin einher. Treibt man Sport, braucht der Körper weniger Insulin. Bei Diabetikern vom Typ I reicht Sport allerdings nicht aus, um den Zuckerhaushalt auszugleichen. Bei Typ II-Diabetikern kann regelmäßiger Sport dagegen schon für eine ausgeglichene Stoffwechsellage sorgen. Da körperliche Bewegung den Blutzuckerspiegel senkt, sollte vor dem Sport dafür gesorgt werden, dass es nicht zur Unterzuckerung kommt.

Diabetes Kinder Sport
Suche

Ungefähr 4.140.000 Ergebnisse (0,20 Sekunden) Erweiterte Suche

MedizInfo®: Diabetes bei Kindern: Sport und Bewegung

Spielen, Toben und auch **Sport** - Bewegung ist für **Kinder** ein natürliches Bedürfnis. **Kinder mit Diabetes** sollen und können ohne Einschränkungen an sportlichen ...

[www.medizinfo.de/diabetes/kinder/sport.shtml](http://www.medizinfo.de/diabetes/kinder/sport.shtml) - [Im Cache](#) - [Ähnliche Seiten](#)

Sport für junge Typ-1-Diabetiker - gute Stoffwechsellage vorausgesetzt

21. Okt. 2004 ... **Sport bei Kindern** und Jugendlichen mit Typ 1-**Diabetes** Med Welt 55 (2004), S. 121-124. Redaktion: Ralf Schlenger ...

[www.diabetes-news.de](http://www.diabetes-news.de) > [News](#) > [Nachrichten](#) - [Im Cache](#) - [Ähnliche Seiten](#)

[PDF] Sport ohne Probleme für Kinder mit Diabetes

Dateiformat: PDF/Adobe Acrobat - [Schnellansicht](#)

**Sport für Kinder mit Diabetes?** **Sport** ist in jeder Hinsicht förderlich. Kenntnisse, Selbstbeobachtung und Planung helfen Probleme wie Unterzuckerung zu ...

[www.netzwerk-apd.de/vortraege/diabetes\\_und\\_sport.pdf](http://www.netzwerk-apd.de/vortraege/diabetes_und_sport.pdf) - [Ähnliche Seiten](#)

### Aufgaben:

- 1) Gib die Begriffe „Diabetes“, „Kinder“ und „Sport“ zusammen in eine Suchmaschine ein (siehe Abbildung) und recherchiere die Zusammenhänge. Notiere die Vorteile, die Typ I und Typ II-Diabetiker durch Sport erreichen.
- 2) Informiere dich auf den gefundenen Seiten und erstelle eine Liste mit Dingen, die ein Kind mit Diabetes vor dem Sport beachten sollte. Wie können Eltern und Betreuer gegen eine Unterzuckerung vorsorgen?
- 3) Informiere dich über Merkmale der Über- und Unterzuckerung und schreibe einen kurzen Fachtext für deine Mitschülerinnen und Mitschüler über die Gefahren bei der Hilfestellung.
- 4) Recherchiere die Zusammenhänge zwischen der Lebensweise und Typ II Diabetes.