

Pressemitteilung

Diabetes vorbeugen: *Lichtblick Hasenberg* und Novo Nordisk starten gemeinsame Aktionen für mehr Bewegung von Jugendlichen

Mainz, 08. Juli 2021 – Mehr Bewegung für Jugendliche in München Hasenberg: Das sieht die Betreuungseinrichtung für sozial benachteiligte Familien *Lichtblick Hasenberg* als eine ihrer zentralen Aufgaben und wird dabei unterstützt von dem dänischen Pharmaunternehmen Novo Nordisk und der Initiative Cities Changing Diabetes (CCD). Rund zwei Drittel der Menschen mit Diabetes leben momentan in Städten.¹ Auffällig ist, dass vor allem Menschen aus Wohngebieten mit erhöhten sozialen Herausforderungen ein größeres Risiko haben, an Diabetes und Adipositas zu erkranken.² Aktuelle Untersuchungen zufolge ist auch innerhalb Münchens das Erkrankungsrisiko je nach Wohnort sehr unterschiedlich. So ist die Prävalenz im Norden der Landeshauptstadt, wie beispielsweise in München Hasenberg, besonders hoch.² Im Rahmen der CCD Initiative engagiert sich Novo Nordisk gemeinsam mit *Lichtblick Hasenberg* für Jugendliche des Stadtbezirks: Auf Mountainbikes entdecken die Jungen und Mädchen Spaß an der Bewegung und trainieren gleichzeitig Kraft, Koordination und Ausdauer. Langfristig möchten die beiden Partner so präventiv gegen die ansteigenden Adipositas- und Diabeteszahlen im Bezirk vorgehen. Offizieller Start des Präventionsprojekts „Fit mit Bike“ ist am 08. Juli.

„Diabetes und seine Begleit- und Folgeerkrankungen, wie z.B. Adipositas und Herz-Kreislaufkrankungen, stellen eine enorme globale Herausforderung dar,“ so Prof. Dr. med. Rüdiger Landgraf, Facharzt für Innere Medizin, Endokrinologie und Diabetologie und Bevollmächtigter des Vorstandes der Deutschen Diabetes-Stiftung (DDS) in München. Auch in Deutschland sprechen die Zahlen eine deutliche Sprache: Rund 8 Prozent der Bevölkerung haben einen diagnostizierten Diabetes³, 24 Prozent der Männer und 23 Prozent der Frauen sind adipös, d.h. stark übergewichtig, und haben damit ein erhöhtes Diabetesrisiko.⁴ Die Lebensgewohnheiten in Städten haben hierbei einen erheblichen Einfluss. In urbanen Umgebungen mangelt es beispielsweise an Grünflächen in unmittelbarer Nachbarschaft, und städtische Bevölkerungen sind stärker Luftschadstoffen ausgesetzt.³ Aber auch Ernährungsangebote und -gewohnheiten spielen eine zentrale Rolle.²

Die steigende Anzahl an Menschen mit Diabetes in Städten ist ein globales Phänomen, das auch hierzulande deutlich erkennbar ist. In München haben mehr als 7 Prozent der Bevölkerung* einen Diabetes – Tendenz steigend.⁵ Doch wie hoch das persönliche Risiko ist, hängt stark vom genauen Wohnort ab. So liegt die Prävalenz in Hasenberg sogar bei bis zu 8,6 Prozent.² „Im innerstädtischen Vergleich sind große Unterschiede erkennbar: In manchen

nebeneinanderliegenden Münchner Bezirksteilen beträgt die Differenz fast 55 Prozent“, ergänzt Prof. Dr. med. Landgraf.²

Tritt für Tritt gegen Diabetes und Adipositas

Bewegung, Gemeinschaft und eine gehörige Portion Action. Das erwartet die Jugendlichen beim Präventionsprojekt „Fit mit Bike“ von Novo Nordisk und *Lichtblick Hasenberg*. Acht Jugendliche zwischen 17 und 21 Jahren tauchen ein Jahr lang gemeinsam mit einem Trainer-Team in den Mountainbike Sport ein. Das Equipment wie Räder, Helme und Trinkflaschen sowie die regelmäßige Wartung werden von einem Fahrradgeschäft aus der Region kostengünstig zur Verfügung gestellt. Externe Berater rund um gesunde Ernährung und das richtige Mindset runden das Projekt ab. Los ging es bereits Mitte Juni mit einem ersten Fitness-Test, um die Grundfitness der Jugendlichen zu bestimmen und so ein passgenaues Technik-, Ausdauer- und Grundlagentraining zusammenzustellen. Mehrmals die Woche arbeiten die Jugendlichen in der Gruppe so an ihren Fahrkünsten – und an ihrer Gesundheit. Wie gut sie sich entwickeln, erfahren sie alle drei Monate bei einem Fitness-Test. Die Gruppe ist hoch motiviert, wobei für einige Teilnehmer der Gewichtsverlust eine große Rolle spielt. Doch für Novo Nordisk und *Lichtblick Hasenberg* steht nicht allein das Abnehmen im Vordergrund. Die Partner möchten bei den Jugendlichen vor allem die Lust auf Bewegung und einen gesunden Lebensstil wecken, um sie so langfristig vor Adipositas und Diabetes zu schützen.

Cities Changing Diabetes: Städte verändern, Prävention fördern

Im Rahmen des CCD Partnerprogramms werden genau solche integrierten Präventionskonzepte entwickelt. Mit dem dänischen Diabetesspezialisten Novo Nordisk hat die Betreuungseinrichtung *Lichtblick Hasenberg* nun einen Partner an der Seite, der sich einerseits sehr genau mit der Erkrankung auskennt und außerdem über ein umfassendes wissenschaftliches Netzwerk verfügt. Zusammen mit dem Institut für Gesundheitsökonomik (IfG) aus München, unter der Leitung von Prof. Dr. Günter Neubauer, hat Novo Nordisk im Rahmen der CCD Initiative eine detaillierte Datenanalyse der Diabetessituation in fünf deutschen Großstädten durchgeführt, darunter auch in München. Ziel war es, herauszufinden, wie sich die Lage in den jeweiligen Städten darstellt und wo genau angesetzt werden muss, um die Gesundheit der Bevölkerung langfristig zu verbessern. „Wir freuen uns, mit *Lichtblick Hasenberg* eine Einrichtung zu unterstützen, die mit ihren Zielen und Maßnahmen sehr gut zu unserer Initiative Cities Changing Diabetes passt. Das sind die besten Bedingungen, um gemeinsam etwas zu bewegen und eine gesunde Stadtentwicklung aktiv zu fördern“, erklärt Tobias Gemmel, Senior Director External Affairs bei Novo Nordisk Deutschland.

*zwischen 20 und 79 Jahren

Über Cities Changing Diabetes

Cities Changing Diabetes (CCD) ist ein globales Partnerschaftsprogramm, das 2014 von Novo Nordisk zusammen mit dem University College London und dem Steno Diabetes Center in Kopenhagen gegründet wurde. Das Ziel von CCD ist es, die Lebensbedingungen in Städten zu verändern, um den Menschen dort ein gesünderes Leben zu ermöglichen und auf diese Weise Übergewicht und Typ 2 Diabetes vorzubeugen. Dazu zählen z.B. neue Ansätze bei der Stadtplanung, die die Bedürfnisse der Menschen vor Ort berücksichtigen, oder Maßnahmen zur Stärkung der städtischen Gesundheitsversorgung. Das Programm umfasst aktuell über 35 Partnerstädte weltweit, u.a. Rom, Mexiko-Stadt und Kopenhagen.

Über Novo Nordisk Deutschland

Novo Nordisk ist ein weltweit führendes Unternehmen im Gesundheitswesen, das 1923 gegründet wurde und seinen Hauptsitz in Dänemark hat. Unser Anspruch ist es, Veränderungen voranzutreiben, um Diabetes und andere schwerwiegende chronische Krankheiten wie Adipositas und seltene Blut- und Stoffwechselerkrankungen zu besiegen. Dafür arbeiten wir an wissenschaftlichen Innovationen bis hin zur Heilung von Krankheiten. Wir fördern den Zugang zu unseren Produkten für Patientinnen und Patienten weltweit und engagieren uns aktiv für Prävention. Novo Nordisk beschäftigt circa 45.800 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in 80 Ländern und vermarktet seine Produkte in rund 170 Ländern. Am deutschen Hauptsitz in Mainz sind rund 480 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter tätig. Weitere Informationen unter www.novonordisk.de.

Über Lichtblick Hasenberg!

Im Münchner Stadtteil Hasenberg! Nord wachsen viele Kinder unter benachteiligenden Bedingungen in einer großen Sozialwohnungssiedlung auf. Ihr Leben ist von finanziellen Sorgen, einem niedrigen Bildungsniveau und einem Umfeld mit hohen sozialen Herausforderungen geprägt. Das Ziel der Einrichtung ist es, den Kreislauf sozialer Benachteiligung zu durchbrechen und sicherzustellen, dass die Kinder gesund aufwachsen, eine Schulform besuchen, die ihrer tatsächlichen Begabung entspricht und erfolgreich eine Ausbildung durchlaufen. Das Angebot beginnt mit Mutter-Kind-Gruppen und einem Kindergarten. Es begleitet durch die gesamte Schulzeit bis zum Schulabschluss und hilft den Jugendlichen in eine Ausbildung. Im Rahmen einer Ausbildungsbegleitung erhalten junge Erwachsene die nötige Unterstützung, um sicher im Beruf anzukommen. Ein angegliedertes Familienzentrum unterstützt Mütter und Väter die deutsche Sprache zu lernen, ihre Kinder gesund zu versorgen und steht ihnen mit Beratung und Begleitung im Alltag und in Krisen zur Seite.

Referenzen

1. International Diabetes Federation. IDF Diabetes Atlas. 9 ed Brussels, Belgium: International Diabetes Federation, 2019.
2. Landgraf, R. et al. „Regionale Differenzen in der Diabetesprävalenz – Bestimmt der Wohnort das Diabetesrisiko?“. Diabetes aktuell 2021; 19: 32–40. Georg Thieme Verlag KG, doi:10.1055/a-1378-7370.
3. Deutscher Gesundheitsbericht Diabetes 2021. www.deutsche-diabetes-gesellschaft.de/politik/veroeffentlichungen/gesundheitsbericht (letzter Zugriff am 18.6.2021)
4. Robert Koch Institut Berlin. DEGS-Symposium-Präsentation Übergewicht und Adipositas in Deutschland: Werden wir immer dicker? [www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Studien/Degs/degs_w1/Symposium/degs_uebergewicht_adipositas.pdf? blob=publicationFile Juni 2012](http://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Studien/Degs/degs_w1/Symposium/degs_uebergewicht_adipositas.pdf?blob=publicationFileJuni_2012) (letzter Zugriff 18.6.2021)
5. IfG München, eigene Berechnung auf der Grundlage von Routinedaten Krankenversicherungen, 2018.