

Diabetes-Team läuft sich fit

Eberswalde (e.b.). An jedem Montagnachmittag trifft sich am Stadtrand von Eberswalde die Diabetes-Laufgruppe. Mal sind es mehr, mal weniger Teilnehmer – so wie es jeder ermöglichen kann. Insgesamt gehören 18 Personen dazu. Praxisärztin Anja Giesche ist fast immer dabei und spornt ihre Patienten durch ihr Beispiel an. Am 5. September 2010 will das Team beim Eberswalder Stadtlauf starten. „Nach dem Laufen habe ich ideale Blutzuckerwerte“, berichtet Gerd Weidmann, den die Gruppe zum Trainer ernannt hat. Der 70-Jährige, der seit mehr als 20 Jahren an

Diabetes erkrankt ist, zählt zu den erfahrensten Läufern. „Die regelmäßige Bewegung hilft mir, mit der Krankheit zu leben“, sagt er. „Wenn ich laufe, brauche ich weniger Spritzen.“ Auch die anderen Patienten in der Laufgruppe haben die Erfahrung gemacht, dass sich ihr Befinden durch das Bewegungstraining deutlich verbessert hat. Ganz besonders loben sie Praxisärztin Anja Giesche vom MEG Medicus Center und Diabetesberaterin Dagmar Otto von der Klinikum Barnim GmbH, Werner Forßmann Krankenhaus, die sich mit den Patienten auf die sieben

Kilometer lange Wegstrecke zum Schwärzensee und zurück begeben. „Der Stadtlauf im vorigen Jahr war für uns Anlass, die Gruppe zu gründen“, sagt Dagmar Otto. „Inzwischen haben wir so viel Spaß am Laufen und am Zusammensein in der Gruppe gefunden, dass wir auf jeden Fall auch nach dem Stadtlauf weitermachen werden“, sagt Dagmar Otto. „Wer Lust hat, dabei zu sein, ist gerne eingeladen.“ Interessenten können sich in der Praxis der Fachärztin Anja Giesche in Eberswalde in der Robert-Koch-Straße 17 melden, Telefon 03334-254154.