

UMFRAGE

ZUCKERKRANKHEIT

Wie halten Sie es mit dem Zucker?

Österreicher verdrücken pro Jahr 40 Kilo. Wie man sieht, gibt es viele Naschkatzen.



LISA KASTENHOFER
ALTMÜNSTER

Ich persönlich verbrauche extrem wenig Zucker, die 40 Kilo schockieren mich jetzt total. Da ich wenig Süßigkeiten esse und mich generell ziemlich bewusst ernähre, bin ich mir sicher, dass ich weit unter diesem Verbrauchschnitt bin.



KARL DASPELGRUBER
GMUNDEN

Mein Zuckerverbrauch ist sicherlich enorm hoch. Ich bin da ein Ausnahmefall, süßes Essen ist meine Leidenschaft. Ich denke mir halt, wenn ich schon nicht rauche oder etwas anderes Ungesundes mache, kann ich ruhig beim Zucker zugreifen.



Wir essen das 80-Fache an Zucker

Die Sportunion hat ein Bewegungszentrum eröffnet. Von Mitarbeiter Michael Uhl

GSCHWANDT • Eine besondere Einrichtung für die Diabetes-Vorsorge und -Betreuung hat die Sportunion in den einstigen Räumlichkeiten der Firma Mekutech in Baumgarten eröffnet. Sonja Gruber hatte dort in kürzester Zeit das Bewegungszentrum "Aktiv-Leben" eingerichtet. Mit erschreckenden Vergleichen macht Christian Lackinger, Koordinator der Aktion „Fit für Österreich“, deutlich, weshalb diese Einrichtung dringend notwendig ist. Wir überfüttern uns mit Zucker und bewegen uns nicht mehr.

Eine Million Diabetiker im Jahr 2015

Um 1850 aß ein Brite jährlich ein halbes Kilo Zucker. Heute sind es an die 60 Kilo. Wir Österreicher verdrücken 40 Kilo und liegen damit genau im EU-Schnitt. Diabetes breitet sich rasant aus. 600.000 Österreicher, unter ihnen immer mehr Kinder, leiden schon daran. 2015 werden es eine Million sein. Ausreichende Bewegung, also Zuckerverbrennung im Organismus, könnte das verhindern. Aber: Während ein Steinzeitmensch bei der Beutejagd am Tag mindestens 20 Kilometer zurücklegte, geht der durchschnittliche Europäer heute höchstens 500 Meter täglich.

Im Gschwandtner Zentrum, einem von 18 in ganz Österreich und neben Wels dem einzigen in Oberösterreich, ermöglicht es die öffentliche Hand Diabetikern zwei Mal pro Woche Sport zu betreiben – völlig kostenlos und auch in enger Zusammenarbeit mit dem Krankenhaus Gmunden.

Drei Programme zum Aktiv-Leben

Das Bewegungszentrum ist nicht nur Diabetikern vorbehalten. Es bietet noch zwei weitere Programme an:



Eröffneten das Bewegungszentrum: (v. l.) Christian Lackinger („Fit für Österreich“-Koordinator), Edda Wiesenberger (Koordinatorin des Diabetes-Projektes), Union-Obmann Johann Pamminer, Union 00-Vizepräsident Jörg Dietz (auf dem Ergometer), Zentrumsleiterin Sonja Gruber, Primar Johann Ecker und Bürgermeister Franz Wampl.

„Lebensfreude a la carte“ begleitet Menschen über 50 in ein bewegteres Leben und zu einem gesünderen Lebensstil. „Fit is a hit“ versteht sich als Treffpunkt für alle, die sich für ein gesundes, bewegtes Leben entschieden haben, wobei den Menschen das Abnehmen erleichtert werden soll.

Interessierte können sich bei Sonja Gruber (Tel. 0699/11661452) melden.

ZUCKERVERBRAUCH

Weltweit variiert der Zuckerverbrauch um das Siebenfache, die Asiaten leben am gesündesten. Hier der Jahresverbrauch in Kilogramm:

Großbritannien	60
Kuba	40
EU, Österreich	40
Asien	15
China	8,3
Globaler Durchschnitt	21

Foto: Uhl