

Ja zu Sachertorte und Wiener Schnitzel trotz Typ-1-Diabetes: „Real Talk“ in Wien

Wien, 16.09.2025. Am 15. September 2025 lud Sanofi erstmals in Wien zum „Real Talk Typ-1-Diabetes“. In dem interaktiven Online-Live-Format sprechen medizinische Expert*innen und Betroffene in regelmäßigen Abständen über unterschiedliche Themen rund um die Autoimmunerkrankung.

Unter dem Motto „Dolce Vita in Wien – von der Sachertorte bis zum Wiener Schnitzel“ stand diesmal die Frage im Mittelpunkt, wie sich kulinarischer Genuss mit Typ-1-Diabetes vereinbaren lässt. Welche Rolle spielt die Ernährung vor allem in den Frühstadien der Erkrankung? Wie viel Verzicht ist erforderlich? Und wie wird der Restaurantbesuch auch mit Typ-1-Diabetes zum Genuss?

Genuss und Gesundheit – kein Widerspruch

Darüber diskutierten der Sportwissenschaftler Prof. Dr. Othmar Moser (Universität Bayreuth) und der Kinderdiabetologe Prof. Dr. Thomas Danne gemeinsam mit ihrem Gast, dem Marathonläufer Markus Sauer, der selbst mit Typ-1-Diabetes lebt, und weiteren Betroffenen. Dabei ging es neben medizinischen Fakten vor allem um persönliche Erfahrungen, Herausforderungen und Tipps, um den Alltag auch mit Typ-1-Diabetes genussvoll zu gestalten. Denn die ständige Auseinandersetzung mit der Erkrankung kann sowohl für die Betroffenen als auch ihre Angehörigen eine große psychosoziale Belastung darstellen.

Typ-1-Diabetes – eine chronische Autoimmunerkrankung mit mehreren Stadien

Typ-1-Diabetes ist eine Autoimmunerkrankung, bei der das Immunsystem die körpereigenen insulinproduzierenden Zellen in der Bauchspeicheldrüse angreift und zerstört.¹ Die Krankheit verläuft in vier Stadien und bleibt oft lange unbemerkt, da Symptome erst ab dem dritten Stadium auftreten.² Dennoch lässt sich Typ-1-Diabetes bereits in frühen Stadien durch den Nachweis von zwei oder mehr Inselautoantikörpern im Blut erkennen.³

Früherkennung ist entscheidend

In Österreich leben Schätzungen zufolge rund 30.000 Menschen mit Typ-1-Diabetes.⁴ Die Krankheit tritt immer häufiger auf und kann potenziell jede*n treffen.⁵ Auch wenn Heilung bislang nicht möglich ist, ist eine Früherkennung entscheidend, um den richtigen Zeitpunkt für die Insulintherapie zu finden, bedrohliche Komplikationen zu verhindern und die Lebensqualität

¹ Besser REJ et al. *Pediatr Diabetes* 2022; 23: 1175–87; DDG 2023. S3-Leitlinie: Diagnostik, Therapie und Verlaufskontrolle des Diabetes mellitus im Kindes- und Jugendalter, AWMF-Registernummer: 057-016; ElSayed NA et al. *Diabetes Care* 2023; 46 (Suppl. 1): S19–S40; Hendriks AEJ et al. *Diabetes Metab Res Rev* 2024; 40: e3777; Insel RA et al. *Diabetes Care* 2015; 38: 1964–74.

² DDG 2023. S3-Leitlinie: Diagnostik, Therapie und Verlaufskontrolle des Diabetes mellitus im Kindes- und Jugendalter, AWMF-Registernummer: 057-016; ElSayed NA et al. *Diabetes Care* 2023; 46 (Suppl. 1): S19–S40; Insel RA et al. *Diabetes Care* 2015; 38: 1964–74; Besser REJ et al. *Pediatr Diabetes* 2022; 23: 13410.

³ Raab J et al. *BMJ Open* 2016; 6: e011144.

⁴ <https://www.gesundheit.gv.at/krankheiten/stoffwechsel/diabetes/typ-1.html>.

⁵ Fang M et al. *Ann Intern Med* 2023; 176: 1567-8; Insel RA et al. *Diabetes Care* 2015; 38: 1964–74; Sims EK et al. *Diabetes* 2022; 71: 610–23.

zu verbessern.⁶ Neben einer gut eingestellten Therapie und ausreichender Bewegung ist vor allem die richtige Ernährung ein wichtiger Schlüsselfaktor für ein erfolgreiches Management der Krankheit.⁷

Lebensnahe Tipps im Alltag

Doch wie lässt sich all das konkret im Alltag umsetzen? Genau hier setzt der „Real Talk Typ-1-Diabetes“ an. Er zielt darauf ab, nicht nur Wissen rund um die Krankheit zu vermitteln, sondern auch Bewusstsein zu schaffen und bietet Betroffenen und Angehörigen einen praxisnahen, ehrlichen Austausch sowie Impulse, um das Leben mit Typ-1-Diabetes selbstbestimmt und positiv zu gestalten.

Mehr Einblicke und alle bisherigen Real Talks gibt es unter <https://www.mein-leben-mit.info/typ1diabetes/weitere-informationen/realtalktype1>. Der jüngste Real Talk ist ab Oktober abrufbar.

Über Sanofi

Wir sind ein innovatives globales Gesundheitsunternehmen mit einer einzigen Bestimmung: Wir erforschen die Wunder der Wissenschaft, um das Leben der Menschen zu verbessern. Unser Team setzt sich in mehr als 100 Ländern dafür ein, die medizinische Praxis zu verändern und damit das Unmögliche möglich zu machen. Wir bieten weltweit Millionen von Menschen lebensrettende Impfstoffe und Behandlungsoptionen an, die das Potential haben, das Leben zu verbessern. Dabei stellen wir Nachhaltigkeit und soziale Verantwortung in den Mittelpunkt unseres Handelns.

Sanofi ist an den Börsen EURONEXT: SAN und NASDAQ: SNY gelistet.

Kontakt

Juliane Pamme | + 43 664 801 855 010 | juliane.pamme@sanofi.com

MAT-AT-2501121-1.0-09/2025

⁶ Hummel S et al. Diabetologia 2023; 66: 1633–42.

⁷ <https://www.gesundheit.gv.at/krankheiten/stoffwechsel/diabetes/lebensstil.html>.