

Grammatik - (B2 Niveau)

Trotz Diabetes Hochleistungssport: am Beispiel vom Tennis-Olympiasieger Alexander Zverev

Tennis-Star Alexander Zverev spricht erstmals (August 2022) in der Öffentlichkeit über seine Diabetes-Erkrankung. Er berichtete ----- 1 -----, dass er als Kind wegen seiner Geräte (wohl dem Blutzuckermessgerät und der Insulinspritze) in der Schule von anderen Kindern gehänselt worden sei, und dass er auch später, als er schon als Tennisprofi erfolgreich war, lange nicht ----- 2 ----- fand, öffentlich über seine Diabetes-Erkrankung zu sprechen. „Ich hatte immer Angst, dass meine Gegner sich gegen mich stärker fühlen, wenn sie von meiner Krankheit ----- 3 -----“, sagte Zverev in einem Interview. Diabetes ist eine ernste Krankheit. Sie hindert die Betroffenen aber nicht, sogar Hochleistungssport zu betreiben, wie Tennisprofi Alexander Zverev.

Zverev leidet bereits seit seiner Kindheit ----- 4 ----- Diabetes I; im Alter von drei Jahren wurde diese Krankheit bei ihm ----- 5 ----- . Damals hatten die Ärzte gesagt, dass er mit Diabetes Typ I kein Spitzensportler werden könne. „Ich glaube, dass ich heute sagen kann, dass sie falsch lagen“, betonte Zverev. Er persönlich habe keine Probleme auf hohem Niveau Sport zu treiben, weil er alles ----- 6 ----- stets dabei habe und seinen Körper mittlerweile sehr gut kenne. Zverev hat auch eine Stiftung gegründet, um vor allem an Diabetes (Typ 1) erkrankte Kinder zu unterstützen. Es werden vor allem das lebensrettende Insulin und weitere, lebensnotwendige Medikamente bereit gestellt, auch in Entwicklungsländern.

Bei Diabetes Typ 1 (Diabetes mellitus) kann der Körper kein Insulin produzieren. Es handelt sich ----- 7 ----- eine nicht heilbare Erkrankung. Ohne das in der Bauchspeicheldrüse produzierte Insulin kann die aufgenommene Nahrung nicht richtig verwertet werden. Der aufgenommene Zucker sammelt sich, weil dieser nicht in die Körperzellen transportiert werden kann. Eine hohe Zuckerkonzentration ----- 8 ----- eine Reihe von Beschwerden. Dies kann zu Bewusstseinsstörungen führen, der Betroffene kann sogar das Bewusstsein (diabetisches Koma) komplett verlieren. Patienten mit Diabetes Typ 1 müssen sich deshalb täglich Insulin spritzen.

Die meisten Menschen leiden allerdings an Typ 2-Diabetes. Das ist eine chronische Stoffwechselkrankheit, ----- 9 ----- der Körper im Laufe der Zeit eine Insulinresistenz entwickelt. Im Gegensatz ----- 10 ----- Typ 1 können bei Typ 2 erhöhte Blutzuckerwerte mit gesunder Ernährung und viel Bewegung gesenkt werden.

Aber: Um seine volle Leistungsfähigkeit entfalten zu können - und das gilt ----- 11 ----- für Leistungs- als auch für Breitensportler - gilt es für jeden Athleten ganz individuell seinen Körper gut kennenzulernen. Durch Sport leeren sich die Zuckerspeicher in Muskeln und Leber und ----- 12 ----- muss der Körper nach dem Sport wieder auffüllen.

Man kann eigentlich alle Sportarten betreiben. Vor allem die regelmäßige Bewegung ist entscheidend für eine positive Beeinflussung.

Kreuze die richtige Antwort an!

1. - daran - davon - damit - dabei	2. - die Absicht - die Angst - den Mut - den Fall	3. - kennen - könnten - wussten - wüssten
4. - an - auf - wegen - am	5. - festgestellt - gefördert - gefürchtet - angenommen	6. - notwendig - Notwendig - Notwendiges - Notwendige
7. - von - um - an - für	8. - verurteilt - verdrängt - verursacht - verbindet	9. - damit - für die - bei der - woran
10. - auf - von - bei - zu	11. - wie - sowohl - soeben - nicht nur	12. - man - die - das - sie

Kreuze die richtige Antwort an!

1. - daran x- davon - damit - dabei	2. - die Absicht - die Angst x- den Mut - den Fall	3. - kennen - könnten - wussten x- wüssten
4. x- an - auf - wegen - am	5. x- festgestellt - gefördert - gefürchtet - angenommen	6. - notwendig - Notwendig - Notwendiges x- Notwendige
7. - von x- um - an - für	8. - verurteilt - verdrängt x- verursacht - verbindet	9. - damit - für die x- bei der - woran
10. - auf - von - bei x- zu	11. - wie x- sowohl - soeben - nicht nur	12. - man x- die - das - sie