

Zuckersüß und gefährlich – Diabetes

7,6 Millionen Menschen in Deutschland (resp. 8 – 10 Prozent der Bevölkerung) leiden an Diabetes – Tendenz steigend. Von ihnen sind wiederum 90 bis 95 Prozent am erworbenen Typ-2-Diabetes erkrankt. Falsche Ernährungsgewohnheiten, zu viel, zu süße und zu fette Nahrung in Kombination mit Bewegungsmangel sind beim Großteil dieser Diabetes-Patienten der Auslöser für die Krankheit.

Diabetes ist keine harmlose Erkrankung. Er kann zu schwerwiegenden Folgeschäden an Augen, Nieren und Nerven führen. Deswegen ist es so wichtig, dass er so früh wie möglich erkannt und sachgerecht behandelt wird.

Was ist Diabetes mellitus?

Diabetes, auch Zuckerkrankheit genannt, ist eine Stoffwechselerkrankung, bei der der Blutzuckerspiegel ständig erhöht ist. Die Ursache ist ein Mangel oder eine gestörte Wirkung des Hormons Insulin, das in der Bauchspeicheldrüse gebildet wird.

Das Insulin hat im wahrsten Sinne des Wortes eine „Schlüsselfunktion“: Es senkt den Blutzuckerspiegel, indem es den Zucker in die Körperzellen schleust. Bei einem Typ-2-Diabetes ist diese Regelung durch das Insulin gestört: Die Zellen reagieren nicht empfindlich genug auf das Hormon, sie können nur noch wenig Zucker aufnehmen und verbrennen.

Im Verlauf des Typ-2-Diabetes lässt zusätzlich die Insulinbildung nach. Beim Typ-1-Diabetes werden die insulinbildenden Zellen in der Bauchspeicheldrüse zerstört, sodass gar kein Insulin produziert wird. Die Folge ist, dass der Zuckergehalt im Blut ansteigt.

Fortsetzung Seite 2

Gesundheitsratgeber für Patienten zu den Themen der KV-Sprechstunde. Weitere Informationen bekommen Sie unter www.kvberlin.de/patienten/gesundheitsratgeber.

Kassenärztliche Vereinigung Berlin, Masurenallee 6A, 14057 Berlin

Kassenärztliche Vereinigung –
die Dachorganisation der
niedergelassenen Ärzte und
Psychotherapeuten in Berlin

Ist eine bestimmte Konzentration des Zuckers im Blut überschritten, gelangt der Zucker in den Urin und wird ausgeschieden. Ist zu viel Zucker über einen längeren Zeitraum im Blut vorhanden, wirkt er sich schädigend auf die kleinen Blutgefäße des Augenhintergrundes und der Nieren sowie auf die Nerven aus. Außerdem fehlt der Zucker den Zellen zur Energiegewinnung.

Zwei Formen des Diabetes

Eines haben alle Zuckerkranken gemeinsam: einen erhöhten Blutzuckerspiegel – jedenfalls ohne Therapie. Darüber hinaus verläuft die Krankheit sehr individuell. Und es gibt zwei voneinander ganz unabhängige Entstehungsweisen. Deshalb unterscheiden die Ärzte bei Diabetes die Typen 1 und 2.

- *Typ-1-Diabetes:* Beim Typ-1-Diabetes wird kein eigenes Insulin mehr gebildet, die insulinproduzierenden Zellen in der Bauchspeicheldrüse sind zerstört. Dies ist der klassische Insulinmangeldiabetes, der meist im Kindes- oder Jugendalter beginnt.
- *Typ-2-Diabetes:* Beim Typ-2-Diabetes spricht der Körper nur noch ungenügend auf die körpereigene Insulinausschüttung an. Die Folge: Die Bauchspeicheldrüse produziert immer mehr Insulin, um die verminderte Insulinempfindlichkeit auszugleichen (Insulinresistenz). Gleichzeitig kann die schnelle Freigabe von Insulin aus der Bauchspeicheldrüse schon sehr früh gestört sein (Insulinsekretionsstörung). Insulinresistenz und/oder Insulinsekretionsstörung führen schon in einer frühen Phase der Diabeteserkrankung zu erhöhten Blutzuckerspiegeln. Über Jahre kommt es dann zu zunehmender Überlastung der Bauchspeicheldrüse mit häufiger Erschöpfung der Insulinproduktion, was dann die Insulingabe auch beim Typ-2-Diabetiker erforderlich machen kann.

Fortsetzung Seite 3

Gesundheitsratgeber für Patienten zu den Themen der KV-Sprechstunde. Weitere Informationen bekommen Sie unter www.kvberlin.de/patienten/gesundheitsratgeber.

Kassenärztliche Vereinigung Berlin, Masurenallee 6A, 14057 Berlin

Spätfolgen

Direkte Langzeitfolgen eines ständig erhöhten Blutzuckers können Schädigungen an den kleinen Gefäßen von Augen, Nieren und Nerven sein, auch eine Schädigung von Herzkranzgefäßen, Hirn- und Beinarterien durch den Blutzucker wird angenommen. Das Tückische an diesen diabetesbedingten Langzeitfolgen ist, dass sie schleichend auftreten und zunächst meist schmerzfrei verlaufen. Deshalb muss ein Diabetes behandelt werden, auch wenn Sie sich nicht krank fühlen. Nur so können langfristig Schädigungen vermieden bzw. verzögert werden.

Gesundheitsratgeber für Patienten zu den Themen der KV-Sprechstunde. Weitere Informationen bekommen Sie unter www.kvberlin.de/patienten/gesundheitsratgeber.

Kassenärztliche Vereinigung Berlin, Masurenallee 6A, 14057 Berlin