

Diabetes

# Gefährlich bereits im Frühstadium

**Auf die Bedeutung des Erkennens von Diabetes hat jetzt das Österreichische Akademische Institut für Ernährungsmedizin hingewiesen. Eine aktuelle Studie deutet nämlich darauf hin, dass auch schon Menschen im Frühstadium der Erkrankung ein erhöhtes Herz-Kreislauf-Risiko haben.**

Ein britisches Forscherteam untersuchte in der Arbeit an ungefähr 2500 Personen in Europa und Asien über einen Zeitraum von 20 Jahren hinweg die Zusammenhänge von Frühdiabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Für diese Studie wurde Frühdiabetes durch die einfache Bestimmung des Langzeitblutzuckerwerts HbA1c festgestellt, der auch im nicht nüchternen Zustand bestimmt werden kann. Der HbA1c-Wert zeigt die mittelfristige Blutzuckereinstellung. Dabei hätte sich gezeigt, dass ein erhöhter Langzeitblutzuckerwert im Bereich des Frühdiabetes auch mit einem deutlich erhöhten Herz-Kreislauf-Risiko verbunden ist.

„Gerade bei Europäern zeigt die Studie, dass ein Frühdiabetes vor allem das Risiko, einen Herzinfarkt zu erleiden, um fast 70 Prozent erhöht“, erläuterte Thomas Stulnig, Leiter der Ambulanz für Fettstoffwechselstörungen und angeborene Stoffwechselstörungen der Wiener Universitätsklinik für Innere Medizin III. „Ein Frühdiabetes kann jedoch mittels eines einfachen Bluttests von jedem niedergelassenen Arzt entdeckt werden. Außerdem kann durch Umstellung der Ernährung und ausreichend Bewegung Frühdiabetes wieder rückgängig gemacht werden. Wir empfehlen daher insbesondere übergewichtigen Menschen, sich alle drei Jahre auf Frühdiabetes testen und von einem in Ernährungsmedizin ausgebildeten Arzt beraten zu lassen.“

Durch rechtzeitige Veränderung des Lebensstils könnten nicht nur 60 Prozent aller Diabetesfälle, sondern auch zahlreiche Herzinfarkte verhindert werden. Jedes Jahr entwickeln in Österreich bis zu 10 Prozent der Personen mit Frühdiabetes einen definitiven Diabetes mellitus, langfristig sind es 70 Prozent und mehr.

„Wir empfehlen insbesondere übergewichtigen Menschen, sich alle drei Jahre auf Frühdiabetes testen und von einem in Ernährungsmedizin ausgebildeten Arzt beraten zu lassen.“

In der Behandlung der Zuckerkrankheit gibt es jedenfalls kontinuierliche Fortschritte. In jüngerer Vergangenheit wurden in die Behandlung des Typ 2-Diabetes auch sogenannte SGLT2-Hemmer eingeführt. Sie hemmen die Rückabsorption von Glukose in den Nieren und fördern damit die „Zucker“-Ausscheidung. Für eine der Substanzen, Empagliflozin, liegen jetzt Studienergebnisse vor, wonach eine Behandlung die Herz-Kreislauf-Mortalität der Diabetiker um mehr als ein Drittel senken kann. Dies bestätigte auch Thomas Wascher, Präsident der Österreichischen Diabetes Gesellschaft (ÖDG).

Bei jungen Patienten mit Typ 1-Diabetes, bei denen eine Blutzuckereinstellung schwierig ist, kann eine Behandlung per Insulinpumpen den Blutzucker besser unter Kontrolle bringen. Das hat eine weitere wissenschaftliche Untersuchung ergeben. Die Daten dazu stammten unter anderem aus einem österreichischen Patientenregister.

## Neues Buch informiert

In etwa 600.000 Österreicher sind zuckerkrank. Doch bei fast einem Drittel der Betroffenen wurde die Krankheit noch nicht diagnostiziert. Mehr Wissen über Entstehung und Management von Diabetes könnte die Krankheit deutlich besser beherrschbar machen, hieß es am 12. November 2015 bei der Vorstellung des Buchs „Zeitbombe Zuckerkrankheit“ des Hauptverbands der österreichischen Sozialversicherungsträger.

Die Präsentation des Bands (Untertitel: „So entschärfen Sie die Gefahr Diabetes“) fand in fast direktem zeitlichen

Konnex zum Welt-Diabetestag

am 14. November 2015 statt. „Diabetes ist in Österreich durchaus als Volkskrankheit zu betrachten. 430.000 Menschen befinden sich deswegen in medizinischer Behandlung. 170.000 Betroffene wissen noch nicht davon, dass sie Diabetes haben“, sagte Alexander Hagenauer, stellvertretender Generaldirektor des Hauptverbands, der gemeinsam mit der ÖDG die Informationsschrift gestaltet hat.

Die Konsequenzen einer nicht ausreichend behandelten beziehungsweise beherrschten Zuckerkrankheit sind schwerwiegend. Laut Schätzungen stirbt in Österreich alle 50 Minuten ein Mensch an den Folgen von Diabetes. Das bedeutet in etwa 10.000 Todesfälle, vor allem durch Herzinfarkt und Schlaganfall. Pro Jahr gibt es infolge Gefäßschäden als Langzeitkomplikation der Zuckerkrankheit ungefähr 2500 Amputationen und 200 Erblindungsfälle. Darüber hinaus werden pro Jahr in etwa 300 Menschen in Österreich infolge des Diabetes dialysepflichtig.

Infolge der Zunahme von Übergewicht, zunehmend inaktivem Lebensstil und zu kalorienreicher Ernährung nimmt vor allem der Typ 2-Diabetes weltweit zu. Innerhalb von 15 Jahren könnte damit die Zahl der Zuckerkranken in Österreich auf ungefähr eine Million Patienten ansteigen.

In Österreich gibt es seit 2007 ein eigenes Disease Management Programm für Diabetiker („Therapie aktiv“), bei dem sich Kranke beim Hausarzt für eine regelmäßige Rundumbetreuung in Sachen Zuckerkrankheit einschreiben können. Davon machen derzeit ungefähr 46.500 Patienten bei Allgemeinmedizinerinnen Gebrauch. Laut einer Evaluation sind diese Zuckerkranken insgesamt besser betreut. In zwei Bundesländern konnte das Programm allerdings noch nicht gestartet werden. □

Diabetes Care, Diabetologia

