

Meinbezirk, 13.02.2015

60 Prozent aller Diabetes-Fälle durch rechtzeitiges Erkennen von Frühdiabetes vermeidbar

ÖAIE startet österreichweite Informationskampagne „Frühdiabetes erkennen – Diabetes verhindern“

Die Zahl der an Diabetes Erkrankten ist in Österreich sehr hoch und verursacht massive Kosten für unser Gesundheitssystem. Diabetes kann jedoch verhindert werden, wenn Frühdiabetes rechtzeitig erkannt wird. Die im Rahmen einer Pressekonferenz am 27.1. präsentierte Kampagne „Frühdiabetes erkennen – Diabetes verhindern“ des Österreichischen Akademischen Instituts für Ernährungsmedizin (ÖAIE) hat das Ziel, Risikopersonen auf Frühdiabetes aufmerksam zu machen und Ärzte zur routinemäßigen Durchführung von Tests auf Frühdiabetes zu animieren. Darüber hinaus zeigt sie auf, welche konkreten Maßnahmen jeder einzelne zur Senkung seines Diabetes-Risikos vornehmen kann.

Jeder 13. Österreicher leidet an Diabetes – Kosten für das Gesundheitssystem enorm

Aktuell leiden in Österreich zwischen 600.000 und 700.000 Menschen unter einem Diabetes mellitus, nur etwa zwei Drittel wissen von der Erkrankung. Bei etwa 20 Prozent der Diabetes-Patienten bestehen bereits zum Zeitpunkt der Diagnose Spätkomplikationen an Nieren, Augen und Nerven. „Die Volkskrankheit Diabetes kommt unserem Gesundheitssystem teuer zu stehen“, warnte Univ.-Prof. MMag. Dr. Gottfried Haber, Gesundheitsökonom von der Donauuniversität Krems. „Durch Spitalsaufenthalte und Medikamente verursachen Diabetes-Patienten etwa drei Mal so hohe Kosten wie Nicht-Diabetiker. Daher ist es dringend notwendig, verstärkt Präventionsmaßnahmen zu setzen und zu verhindern, dass die Zahl der Diabetes-Erkrankungen weiter steigt.“

Bis zu 60 Prozent aller Diabetes-Fälle durch rechtzeitiges Erkennen von Frühdiabetes vermeidbar – ÖAIE möchte routinemäßigen Bluttests durch niedergelassene Ärzte

Frühdiabetes (med. Prädiabetes) ist eine Vorform des Diabetes mellitus, bei der die Blutzuckerwerte bereits über der Norm liegen. Patienten mit Frühdiabetes sind Hochrisikopatienten für Diabetes, erläuterte Univ.-Prof. Dr. Thomas Stulnig von der medizinischen Universität Wien: „Jedes Jahr entwickeln bis zu 10 Prozent der Personen mit Frühdiabetes einen definitiven Diabetes, wenn nicht rechtzeitig eingegriffen wird. Langfristig sind es 70 Prozent und mehr.“

Entdeckt werden kann Frühdiabetes sehr einfach mittels Bluttests mit Fingerstich durch Hausärzte und Internisten sowie durch Zuckerbelastungstests im Labor. MR Dr. Gabriele Müller-Rosam, niedergelassene Internistin aus Wien, forderte daher regelmäßige Screenings der Risikogruppen: „Übergewichtige Personen sollen alle drei Jahre getestet werden, ab dem 45. Lebensjahr auch alle Personen mit anderen Risikofaktoren wie positive Familienanamnese, erhöhte Blutdruckwerte, Dyslipidämie oder körperliche Inaktivität. Gerade diese Personen suchen wegen anderer

Beschwerden ohnehin häufig Ordinationen auf – hier liegt es also in der Verantwortung der niedergelassenen Ärzte, diese routinemäßig auch auf Frühdiabetes und Diabetes zu testen.“ Mit präventiven Maßnahmen wie der Änderung des Lebensstils hinsichtlich Ernährung und Bewegung können rund 60 Prozent aller Diabetes-Fälle verhindert werden. Voraussetzung dafür ist allerdings das rechtzeitige Erkennen des Frühdiabetes: Während dieser komplett rückgängig gemacht werden kann, sind Lebensstilmaßnahmen bei Patienten mit manifestem Diabetes deutlich weniger wirksam.

Diabetes-Risikorechner, Leitfaden für vernünftige Ernährung und Bewegungstipps: ÖAIE-Kampagne bietet über Website und Info-Materialien konkrete Anleitungen zur Diabetes-Prävention

Die Kampagne „Frühdiabetes erkennen – Diabetes verhindern“ des ÖAIE hat das Ziel, Risikopersonen auf Frühdiabetes aufmerksam zu machen und Ärzte zur routinemäßigen Durchführung von Tests auf Frühdiabetes zu animieren. Darüber hinaus zeigt sie auf, welche konkreten Maßnahmen jeder Einzelne zur Senkung seines Diabetes-Risikos vornehmen kann.

Auf der [Kampagnen-Website www.diabetes-verhindern.at](http://www.diabetes-verhindern.at) finden sich Informationen zu den Diabetes-Risikofaktoren und zum korrekten Einordnen von Blutwerten. Über den validierten Findrisk-Test kann jeder Interessierte sein persönliches Risiko berechnen, in den nächsten 10 Jahren an Diabetes zu erkranken. Die Website bietet außerdem Leitfäden für vernünftige Ernährung und Bewegung. Überblicksmäßig sind diese Informationen auch auf Plakaten und Info-Karten, die österreichweit bei Hausärzten und Internisten hängen bzw. aufliegen.

Auch übergewichtige Kinder bereits von Altersdiabetes betroffen – aktuelle Forschungsprojekte suchen nach wirksamen Präventionsmaßnahmen

Erschreckend ist, dass bereits bei 10 bis 15% der übergewichtigen Jugendlichen Frühdiabetes nachgewiesen werden kann. „Es ist höchstwahrscheinlich, dass der Übergang vom Frühdiabetes zu einem manifesten Diabetes bei Kindern und Jugendlichen innerhalb von ein bis zwei Jahren viel schneller vor sich geht als bei Erwachsenen“, warnte Univ.-Prof. Dr. Kurt Widhalm, Präsident des ÖAIE. „Wer allerdings von diesen Jugendlichen mit Frühdiabetes tatsächlich einen Diabetes entwickeln wird, wissen wir heute noch nicht, daran wird gerade im Rahmen eines internationalen EU-Projekts in Salzburg geforscht.“

Wirksame präventive Maßnahmen bei Kindern und Jugendlichen gegen die Entwicklung von Übergewicht und Bewegungsmangel werden vom ÖAIE gerade im Rahmen des Präventionsprojekts „EDDY“ an Wiener Schulen erforscht. Ein weiteres langfristiges Projekt mit einem hochrangigen Konsortium ist in konkreter Planung.

--

Das **Österreichische Akademische Institut für Ernährungsmedizin (ÖAIE)** wurde 1996 auf Initiative des damaligen Präsidenten der Ärztekammer, Prim. Dr. Michael Neumann, mit dem Ziel gegründet, Ärzte im Fach der Ernährungsmedizin fortzubilden. Das ÖAIE ist interdisziplinär ausgerichtet und vereint unter der Leitung von Univ.-Prof. Dr. Kurt Widhalm Experten aus den Bereichen der Medizin,

Psychologie, Ernährungswissenschaften, Diätologie, Sportwissenschaften und Nahrungsmittelproduktion. Als führende Fortbildungs- und Forschungs-Institution für Ernährungsmedizin in Österreich richtet es regelmäßig wissenschaftliche Veranstaltung aus und publiziert vierteljährlich das "Journal für Ernährungsmedizin". Weitere Informationen unter: [Österreichisches Akademisches Institut für Ernährungsmedizin](#)

Quelle: <http://www.meinbezirk.at/wien-08-josefstadt/chronik/60-prozent-aller-diabetes-faelle-durch-rechtzeitiges-erkennen-von-fruehdiabetes-vermeidbar-d1244820.html>