



Dr. Eberhard Politz & Dr. Andrea Hinz

Diabetologische Schwerpunktpraxis und hausärztliche Versorgung

---

## Diabetes mellitus

---

### Was ist Diabetes?

**Diabetes mellitus** [[http://de.wikipedia.org/wiki/Diabetes\\_mellitus](http://de.wikipedia.org/wiki/Diabetes_mellitus)] ist eine Stoffwechselkrankheit, die in zwei Formen auftritt (siehe unsere [Patienteninformation](#) oder z.B. auch das [Quarks&Co-Script "Zuckerkrank"](http://www.quarks.de/zucker/zucker.pdf) [<http://www.quarks.de/zucker/zucker.pdf>] zur gleichnamigen Fernsehsendung):

Als Typ-1-Diabetes tritt sie vorwiegend (aber nicht nur!) bei jüngeren Menschen auf. Bei dieser Erkrankung wird zu wenig oder sogar gar kein Insulin mehr im Körper produziert ([Insulinmangel](http://de.wikipedia.org/wiki/Insulin) [<http://de.wikipedia.org/wiki/Insulin>]). Da außerdem die körperfett-aufbauende Wirkung des Hormons Insulin fehlt, wird Insulinmangel oft von einer extremen Gewichtsabnahme begleitet.

Als Typ-2-Diabetes trat sie früher vorwiegend bei älteren Menschen auf ("Altersdiabetes"). Inzwischen wird sie zunehmend auch bei jüngeren Menschen beobachtet. Bei dieser Form der Erkrankung wird das Insulin vom Körper nicht mehr verarbeitet ([Insulinresistenz](http://de.wikipedia.org/wiki/Resistenz) [<http://de.wikipedia.org/wiki/Resistenz>]).

Der Blutzucker steigt regelmäßig durch die Kohlehydrate in Mahlzeiten, mangelnde Bewegung, Infekte wie Fieber, Grippe, Bronchitis, Harnwegsinfekte, Schmerzen, als Nebenwirkung bestimmter Medikamente (z.B. Cortison, Blutdrucksenker), als Folge bestimmter Erkrankungen (z. B. [Schilddrüsenüberfunktion](http://www.medhost.de/gesundheitslexikon/schilddruesenueberfunktion.html) [<http://www.medhost.de/gesundheitslexikon/schilddruesenueberfunktion.html>], [Cushing-Syndrom](http://www.medhost.de/gesundheitslexikon/cushing-syndrom.html) [<http://www.medhost.de/gesundheitslexikon/cushing-syndrom.html>]), Fehler bei der Dosierung oder Einnahme blutzuckersenkender Tabletten oder des Insulins oder auch durch Änderung der Lebensumstände wie Stress und Aufregung. Auch die veränderte Hormonsituation in der Schwangerschaft kann sich auf den Kohlenstoffhydratstoffwechsel auswirken und einen Diabetes auslösen.

Insulin senkt den Blutzucker und ist entscheidend für den Aufbau von Körpersubstanz. In beiden Fällen des Diabetes mellitus kann die dem Körper zugeführte Energie (Glukose) nicht wie sonst vom Insulin den Zellen zur Verfügung gestellt werden. Die Zuckerkonzentration im Blut kann also hoch sein, trotzdem leiden die Zellen des Körpers an Glukosemangel.

---

### Wie äußert sich Diabetes mellitus?

In der Regel macht sich Diabetes durch starkes Durstgefühl, deutlich vermehrte Urinausscheidung, Juckreiz der Haut, unerklärlichen Gewichtsverlust, Müdigkeit, Abgeschlagenheit und Schwäche oder Erkrankungen der Haut (inkl. Schleimhäuten und Zahnfleisch) bemerkbar.

Als Langzeitfolgen können Nervenstörungen ([Neuropathie](http://de.wikipedia.org/wiki/Neuropathie)) oder Gefäßerkrankungen ([Angiopathie](http://www.ernaehrung.de/lexikon/diabetes/a/angiopathie.php)) auftreten, welche wiederum zum diabetischen Fußsyndrom mit schlecht heilenden Wunden und Temperatur- oder Schmerzunempfindlichkeit führen können. Auch Netzhautschäden (grauer Star oder diabetische Retinopathie), Störungen der Nierenfunktion (diabetische Nephropathie) Herzinfarkt und Schlaganfall sind leider verbreitete Folgen. Das tückische am Diabetes mellitus ist, dass sich Symptome oft erst schleichend nach einer gewissen Krankheitsdauer einstellen.

Die starken Schwankungen des Blutzuckerspiegels können auch zu lebensbedrohlichen Zuständen mit Bewusstlosigkeit führen. Anzeichen für besonders hohen Blutzucker können Übelkeit, Erbrechen, Bauchschmerzen, Bewusstseinstörung und Acetongeruch des Körpers sein.

Typische Symptome einer Unterzuckerung (Hypoglykämie) sind Schwitzen, Zittern, weiche Knie, lallen oder torkeln, Heißhunger, Verwirrtheit und ein pelziges Gefühl im Mund. Diese Anzeichen von Unterzuckerung sind bei jedem Menschen unterschiedlich und können sich im Laufe der Zeit ändern. Sie treten üblicherweise bei Blutzuckerwerten unter 60 mg/dl auf. Menschen, die lange sehr hohe Blutzuckerwerte hatten, haben eine so genannte Pseudo-Unterzuckerung häufig bereits bei Blutzuckerwerten von 80-100 mg/dl.

Auf Grund der persönlichen Lebensumstände oder zusammen mit anderen Medikamenten - die viele Diabetiker zur Behandlung weiterer Erkrankungen benötigen - kommt es also zu einer komplexen Wechselbeziehung. Daher ist insbesondere die fachmännische Dosierung durch den geschulten Patienten selbst wichtig.

Je jünger der Diabetiker ist, um so mehr sollte er auf Blutzuckerwerte achten, die auch Gesunde aufweisen. Höchstens sollte der Blutzucker bei 180 mg/dl liegen. Normalerweise sinkt der Blutzucker bei nüchternen Menschen nicht unter 60 mg/dl und steigt nach den Mahlzeiten nicht über 130 mg/dl an. Blutzuckerwerte über 130 mg/dl sind bereits als erhöhte Werte zu bezeichnen und sollten beobachtet werden. Blutzuckerwerte über 180 mg/dl (Hyperglykämie, also Glukoseüberschuss im Blut) übersteigen die sogenannte Nierenschwelle und müssen behandelt werden.

Ein Übersteigen der Nierenschwelle bedeutet, dass die Niere den Zucker im Blut nicht mehr zurückhalten kann, sondern über den Urin ausscheidet. Diese Zuckerausscheidung über den Harn führte zu dem Namen Diabetes mellitus (griechisch-lateinisch "honigsüßer Durchfluss"). Daher stammt auch der umgangssprachliche Ausdruck "Zuckerkrankheit".

---

## Wie kann Diabetes erkannt werden?

Im Durchschnitt bleibt der Typ-2-Diabetes etwa 5-8 Jahre unerkant und ohne Beschwerden. Häufig ist selbst dann die Diagnose eher zufällig, oft im Rahmen einer anderen Erkrankung oder Operation, welche bereits erste Schäden darstellt.

Gewissheit verschafft eine Messung des Blutzuckers oder des Harnzuckers bei Ihrem Arzt oder Apotheker.

---

## Wie wird Diabetes behandelt?

Der Blutzucker kann im frühen Stadium mit Tabletten behandelt werden. Weiterhin ist die Behandlung mit Insulin möglich. Insulin kann gespritzt werden oder als Spray (in deutlich höheren Dosen!) eingenommen werden. Dabei wird zwischen schnell- und kurzwirkenden Alt- oder Normalinsulinen, sehr schnell und sehr kurz wirkenden Insulinanaloga und mittellang wirkenden NPH-Insulinen unterschieden, die als Mischinsuline auch kombiniert werden. Und - ganz wichtig - hilft regelmäßige Bewegung!

Eine Gewichtsabnahme ist bei übergewichtigen Typ-2-Diabetikern die wichtigste Maßnahme überhaupt. Durch eine Verringerung des Fettgewebes wird der Körper *wesentlich* empfindlicher gegenüber dem vorhandenen Insulin. Das bedeutet: Weniger Medikamente, größere persönliche Freiheit schon bei kleinen Gewichtsänderungen. Aber natürlich wissen wir, dass eine Gewichtsabnahme den meisten Patienten sehr schwer fällt.



Bei einer Unterzuckerung sollte als Sofortmaßnahme Traubenzucker, Cola, Saft oder Obst gegessen werden. Schon eine BE/KE erhöht den Blutzucker um durchschnittlich 50 mg/dl.

Diabetiker müssen keine Diät-Produkte essen oder Diabetiker-Produkte kaufen. Der Name "Zuckerkrankheit" kommt nicht vom "Zucker essen" - der Diabetiker muss nur rechtzeitig gegensteuern, so dass Mahlzeiten und Medikamente aufeinander abgestimmt sind.

---

## Wie verbreitet ist Diabetes mellitus?

Es wird geschätzt, dass ungefähr 180 Millionen Menschen weltweit an Diabetes erkrankt sind. Dabei stellt der Typ-1-Diabetes nur etwa 5-10% aller Diabetes-Erkrankungen dar. Typ-2-Diabetes hingegen ist mit einem Anteil von 90% zu einer Massenerkrankung geworden. Besonders in Industrieländern ist ein Anstieg der Erkrankungszahlen zu verzeichnen. In der Altersklasse der 40- bis 60-jährigen sind dabei Frauen häufiger von Diabetes mellitus betroffen.

In Deutschland leiden derzeit über 6 Millionen Menschen an dieser Volkskrankheit, mit leider weiter steigender Tendenz.

---

## Ich will mit der Behandlung warten, bis mein Fuß sich gebessert hat

Bei schlechter Wundheilung sollten Sie *sofort* zu uns kommen - wir reinigen die Wunde professionell (ggf. ist die Entfernung beschädigter Hautzellen notwendig, damit das restliche Gewebe sich besser regenerieren kann) und haben große Erfahrung in der Versorgung des diabetischen Fußsyndroms. Bei rechtzeitiger Behandlung und ein bisschen Hilfe von Ihnen lassen sich so größere chirurgische Eingriffe oder gar Amputationen häufig vermeiden.

Wenn Wunden nicht schnell von selbst heilen, sollten Sie sich helfen lassen - je früher, desto einfacher ist es auch für uns!

---

## Darf ich Fahrzeuge fahren?



Zunächst einmal: Ja! Aber abhängig von der Schwere der Erkrankung und der Risikoklasse des Führerscheins (z.B. Personenbeförderung) sind Einschränkungen möglich

[<http://www.diabetes-lernwelt.de/soziales-fuehrerschein1.htm>].

Im [Impressum](#) (Kontaktinformationen und allgemeine Hinweise) finden Sie wichtige rechtliche Hinweise zu diesen Seiten. Bitte beachten Sie das Urheberrecht und das © [Copyright](#) (Das Internet ist kein rechtsloser Bereich). Diese Seite wurde zuletzt aktualisiert am 23.12.07 18:26.