

Prävention, Diagnose, Behandlung Volkskrankheiten: Diabetes

Folge 6 der Gesundheitsserie des AMEOS Klinikums Alfeld

Diabetes ist eine Erkrankung, die im Verborgenen lauert. In Deutschland gibt es laut Schätzungen mindestens zwei Millionen Diabetiker, die nicht wissen, dass sie unter dieser Erkrankung leiden. Insgesamt gibt es circa fünf Millionen Diabetiker in Deutschland. Etwa 40 Prozent wissen nicht, dass sie erkrankt sind. Ein dauerhaft erhöhter Blutzuckerspiegel verursacht zu Beginn der Diabetes-Erkrankung meist keine Beschwerden. Oft vergehen Jahre, bis erste deutliche Anzeichen darauf hinweisen. Jedes Jahr erhalten etwa 500 000 Menschen eine Diabetes-Diagnose, darunter sind etwa 90 Prozent Typ-2-Diabetiker. Mehr als die Hälfte ist älter als 65 Jahre. Durch Übergewicht und Bewegungsmangel sind aber auch immer mehr jüngere Menschen vom Typ-2-Diabetes betroffen.

Dr. Christiane Wigand-Richter, Oberärztin der Klinik für Innere Medizin im AMEOS Klinikum Alfeld informiert über Krankheitsbild, Diagnose, Behandlungsmöglichkeiten und vorbeugende Maßnahmen.

„Frau Dr. Wigand-Richter, wie entsteht Diabetes und welche Auswirkungen hat die Krankheit, wenn sie nicht behandelt wird?“

Dr. Christiane Wigand-Richter: „Allen Formen von Diabetes liegt eine gestörte Blutzuckerregulierung zugrunde. Diese kann durch



Dr. med. Christiane Wigand-Richter

Oberärztin der Klinik für Innere Medizin im AMEOS Klinikum Alfeld
Fachärztin für Innere Medizin, Diabetologie, Palliativmedizin, Rettungsmedizin



Die Gesundheit ist ein hohes Gut. Ist sie eingeschränkt, ist das für Betroffene mit erheblicher Beeinträchtigung der Lebensqualität verbunden. Ein Großteil der Bevölkerung leidet an einer der typischen „Volks- oder Zivilisationskrankheiten“. Diese zehnteilige Serie des AMEOS Klinikums zeigt vorbeugende Maßnahmen und Behandlungsmöglichkeiten auf.

Nächsten Sonnabend lesen Sie:
Folge 7:
Harninkontinenz

absoluten Insulinmangel (Diabetes Typ 1) oder durch relativen Insulinmangel (Typ 2) ausgelöst werden (s. Infokasten Blutzucker). Erfolgt keine Behandlung, bedeutet das für Typ-1-Diabetiker den sicheren Tod. Beim Typ-2-Diabetiker werden Körperzellen, Blutgefäße und Nerven geschädigt. Das Risiko, einen Herzinfarkt oder einen Schlaganfall zu erleiden, steigt stark an, durch Durchblutungsstörungen und schlecht heilende Wunden drohen Amputationen. Sehstörungen und Nierenschwäche können weitere Folgen sein.“

„Welche Möglichkeiten der Vorbeugung gibt es?“

CW-R: Das Risiko zu erkranken, ist besonders beim Typ-2-Diabetes meist erblich bedingt. Durch gesundes Essen, viel Bewegung und Vermeidung von Übergewicht hat jeder die Möglichkeit, den Verlauf der Krankheit günstig zu beeinflussen.“

„Ist eine Früherkennung möglich?“

CW-R: „Das Hauptproblem ist, dass ein Diabetes nicht weh tut, daher kann der erhöhte Blutzuckerwert ein Zufallsbefund während einer anderen Erkrankung sein. Im schlimmsten Fall fällt der Patient in einen komatösen Zustand und erst dann wird die Diagnose Diabetes gestellt. Die typischen Symptome wie Durst, Schwäche und Gewichtsabnahme



Um schwere Folgeerkrankungen zu vermeiden, gilt es bei einer festgestellten Diabeteserkrankung eine Vielzahl von Faktoren zu beachten.

treten erst bei sehr hohem Blutzucker auf. Im Rahmen der Gesundheitsvorsorge beim Hausarzt sollte der Blutzuckerspiegel daher regelmäßig kontrolliert werden, um frühzeitig geeignete Maßnahmen zu ergreifen und damit schleichende Gesundheitsschäden zu verhindern. Ebenso sollten Bluthochdruck und eine eventuelle Fettstoffwechselstörung behandelt und Rauchen vermieden werden.“

„Wie sind die Behandlungsmöglichkeiten bei festgestelltem Diabetes?“

CW-R: „Jeder Typ-1-Diabetiker muss sich lebenslang regelmäßig mit Insulinspritzen versorgen. Im Einzelfall ist eine Insulinpumpe sinnvoll. Beim Typ-2-Diabetiker kann eine Lebensstiländerung mit Ernährungsumstellung und regelmäßiger Bewegung zu Beginn der Erkrankung bereits ausreichend

sein. Auf dem Speiseplan sollten Vollkornprodukte, Gemüse, Salat und Obst stehen. Pflanzliche Fette, mageres Fleisch und Fisch sollten bevorzugt werden. Lebensmittel, die den Blutzuckerspiegel rasch ansteigen lassen und Alkohol sollten Diabetiker möglichst meiden. Ausreichend kalorienfreie Getränke sind ebenfalls wichtig. Eine medikamentöse Behandlung (Antidiabetika) ist meist zusätzlich erforderlich. Im späteren Verlauf kann eine Kombination mehrerer Antidiabetika notwendig sein. Auch eine Insulinspritzengabe kann erforderlich werden. Um die schweren Folgeerkrankungen zu vermeiden, darf Gleichgültigkeit keinen Platz haben. Eine gute Diabeteseinstellung ist zum Umgang mit der Erkrankung nötig und die eigenverantwortliche Umsetzung im Alltag durch den Patienten unabdingbar. Regelmäßige Kontrollen des Blutzuckers, des Langzeitblutzuckers (HbA1C), des Blutdrucks, der Blutfettwerte und der Nierenfunktion sind unumgänglich. Auch ein jährlicher Besuch beim Augenarzt ist angeraten. Hier im AMEOS Klinikum Alfeld unterstützt die Diabetesberaterin und Diätassistentin Ute Matthies die Patienten im Umgang mit ihrer Krankheit. Sie hilft bei der Ernährungsumstellung, erklärt das Spritzen der Insulingabe, die Blutzuckermessung und passt gegebenenfalls die Insulindosis an.

Klinik für Innere Medizin im AMEOS Klinikum Alfeld

Die Klinik für Innere Medizin bietet die gesamte stationäre internistische Versorgung für die Stadt Alfeld und die Region Leinebergland.

Das Leistungsspektrum umfasst unter anderem:

- Intensivmedizin einschließlich Beatmungen sowie Schlaganfall- und Herzinfarktbehandlung
- Behandlung von Infektionskrankheiten
- Funktionsuntersuchungen von Herz, Kreislauf und Lunge und die Behandlung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen inklusive Einbau und Kontrolle von Herzschrittmachern, Ultraschalluntersuchungen des Herzens (inklusive Stressecho und transösophageale Echocardiografie), der Schlagadern, der Schilddrüse sowie der Bauchorgane
- Diabetologie
- Behandlung von Magen-, Darm-, Leber- und Bauchspeicheldrüsenerkrankungen inklusive Endoskopie und Interventionen sowie Punktionen und Drainagen
- Palliativmedizin
- Qualifizierter Alkoholzuzug

Kontakt:

Tel. (05181) 707-241 • www.ameos.de/alfeld
E-Mail: inne.med@alfeld.ameos.de

Blutzucker

Der Blutzucker ist wichtig für alle Funktionen des Körpers, wie zum Beispiel des Gehirns, der Muskeln und aller weiteren Organe. Zucker, Kohlenhydrate, Eiweiß und Fett dienen als Energiequellen. Die Regulierung des Blutzuckers erfolgt durch das von der Bauchspeicheldrüse produzierte Hormon Insulin.

Bei Menschen ohne Diabetes liegt der Glukosespiegel im Blut nüchtern (nach acht bis zehn Stunden ohne Nahrung) normalerweise unter 100 Milligramm pro Deziliter, zwei Stunden nach dem Essen unter 140 mg/dl. Werte, die nüchtern bereits über 125 mg/dl und nach dem Essen über 200 mg/dl liegen sind zu hoch und deuten auf eine Erkrankung hin. Die häufigsten Formen der Diabeteserkrankung sind Diabetes mellitus Typ-1 und Typ-2.

Beim **Typ-1** handelt es sich um eine Autoimmunerkrankung, die oft bereits in jungen Jahren auftritt. Zellen in der Bauchspeicheldrüse, die das Insulin produzieren, werden vom eigenen Immunsystem angegriffen und zerstört. Ein absoluter Insulinmangel ist die Folge.

Beim **Typ-2**-Diabetes hat das produzierte Insulin eine geringere Wirkung, die Bauchspeicheldrüse muss mehr Insulin produzieren und ist im Verlauf der Erkrankung hierzu nicht mehr ausreichend in der Lage. Ein relativer Insulinmangel entsteht.

Gendefekte oder die Schädigung beziehungsweise Entfernung der Bauchspeicheldrüse bedeuten den **Typ-3**-Diabetes.

Lediglich der sogenannte Schwangerschaftsdiabetes (**Typ-4**) kann sich vollständig zurückbilden. Dieser Gestationsdiabetes tritt bei fünf Prozent aller Schwangeren auf. Nach der Schwangerschaft erkranken mehr als 50 Prozent dieser Frauen in den nächsten acht Jahren an Typ-2-Diabetes.

Außerdem sind Hausärzte und diabetologische Schwerpunktpraxen geeignete Anlaufstellen.

Vereinsmitglied Jutta Giesecke (Schriftführerin): „Ich setze mich für das Krankenhaus ein, weil...“



Ich mir das Leinebergland ohne diese medizinische Einrichtung nicht vorstellen kann und möchte. Ich denke, dass gerade die wohnortnahe Versorgung zur Genesung der Patientinnen und Patienten beiträgt – keine weiten Wege, auch für die Angehörigen. Mit allen Schulformen, vielen Betrieben und nicht zuletzt wegen seiner zentralen, schönen Lage ist Alfeld ein attraktiver Standort. Bei

der Wohnortwahl sind Kitas, Schulen, Freizeitmöglichkeiten und nicht zuletzt ein Klinikum entscheidend. Ein Krankenhaus leistet für die Menschen wichtige Dienste und erhöht die Lebensqualität, auch als Arbeitgeber. Ziel unseres Fördervereins ist, die Akzeptanz des Hauses zu fördern. Insbesondere möchten wir die Menschen unserer Region durch die Patienten-Akademie Alfeld auf das Leistungsspektrum aufmerksam machen.

Durch Mitgliedsbeiträge, Spenden und den Erlös aus dem Verkauf auf dem Weihnachtsmarkt können wir die medizinische Versorgung unterstützen. So finanzieren wir Anschaffungen und Maßnahmen, die nicht im üblichen Krankenhausetat liegen. Wir engagieren uns, um Alfeld als Gesundheitsstandort zu stärken. Allen, die uns bei unserem ehrenamtlichen Engagement unterstützen, gilt unser Dank.“



Verein der
Freunde und Förderer
des Alfelder
Krankenhauses e.V.

1. Vorsitzender
Reinmund Piepho

Eckstraße 8
31061 Alfeld

Tel. (05181) 81722
r.piepho@hotmail.de



www.foerderverein-alfelder-krankenhaus.de