

Diabetes

Fachjargon: Diabetes mellitus

Die Zuckerkrankheit war schon im Mittelalter bekannt. Die Ärzte diagnostizierten sie, indem sie den Urin des Patienten abschmeckten. War er süss, so war der Zucker zu hoch, denn ab einer bestimmten Höhe scheidet der Körper den überflüssigen Zucker über den Harn aus Nierenschwelle. Von dieser Zuckerausscheidung über den Urin hat die Zuckerkrankheit auch ihren Namen: Diabetes mellitus bedeutet «honigsüsser Durchfluss».

Normalerweise wird der Blutzuckerspiegel durch das in der Bauchspeicheldrüse (Pankreas) gebildete Hormon Insulin reguliert. Beim Diabetes ist diese Regelung durch Insulin gestört, so dass der Blutzucker erhöht ist. Es gibt unterschiedliche Ursachen und Risikofaktoren für Diabetes. In der modernen Medizin unterscheidet man hauptsächlich zwei Diabetesformen: Typ 1 Diabetes und Typ 2 Diabetes.

Symptome

Die «klassischen» Symptome eines Diabetes sind in der Regel ungewohnter bis quälender Durst, häufiges Wasserlassen (besonders nachts), Gewichtsverlust und allgemeine Schwäche. Der Grund hierfür ist, dass der Körper zu hohem Blutzucker mit dem Urin (Urinzucker) ausscheidet. Dadurch entsteht ein Flüssigkeitsverlust im Körper, der zu Durst, Austrocknen, Gewichtsverlust und Müdigkeit führt. Weitere Symptome sind Trübsehen, schlecht heilende Hautinfektionen, auch Zahnfleischentzündungen und Infektionen der Harnwege oder häufig Juckreiz verursachende Pilzinfektionen in der Genitalgegend sind mögliche Symptome eines Diabetes.

Beim Typ 2 Diabetes sind diese Symptome nicht immer so leicht erkennbar wie beim Typ 1 Diabetes, da sie meist viel weniger stark ausgeprägt sind. In vielen Fällen ist eine leichte, aber andauernde Müdigkeit und allgemeine Schwäche das einzige Anzeichen. Der Typ-2-Diabetes wird in vielen Fällen nur zufällig entdeckt, wenn ein Urinzuckertest oder eine Blutzuckermessung in der Arztpraxis Verdacht geweckt hat. Auch eine Herzkrankheit, Sehstörungen, Gefühllosigkeit in den Füßen (Neuropathie) oder offene Hautstellen mit schlechter Heilungstendenz - vor allem an Fusssohlen (Mal perforans) - lassen auf einen Diabetes schliessen.

Susten Apotheke

Manuela Imahorn, eidg. dipl. Apothekerin
Sustenstrasse 10, 3952 Susten
Telefon 027 473 33 30, Telefax 027 473 44 30
www.susten-apotheke.ch, info@susten-apotheke.ch

Behandlungsmöglichkeiten

Die Diabeteshäufigkeit nimmt ständig zu. Weltweit haben über 170 Millionen Menschen Diabetes. Davon sind 10% Typ-1-DiabetikerInnen, also Menschen, die an einem absoluten Insulinmangel leiden und lebenslang auf eine Behandlung mit Insulin angewiesen sind. 90% weisen einen Typ-2-Diabetes auf, der auf verschiedene Weisen behandelt werden kann: Im Anfangsstadium oft allein mit Ernährungsanpassung und mehr Bewegung, später allenfalls auch mit Tabletten, Glucagon-like Peptid 1-Analoga oder ebenfalls mit Insulin. Dabei ist zu beachten, dass bei einer Behandlung mit Medikamenten zusätzlich eine Ernährungsanpassung stattfinden muss. Die Diabeteskontrolle durch Ernährung und Bewegung wird also nicht durch Medikamente abgelöst, sondern um diese erweitert (auch Behandlung und Heilungschancen).

Eine einfache und schmerzfreie Blutzuckermessung aus einem Tropfen Fingerblut dient zur Kontrolle des Diabetes. (Blutzuckermasseinheit). Blut- oder Urinzuckerkontrollen sind bei Diabetes - unabhängig von der Behandlungsform - unumgänglich. Die Qualität der Diabeteskontrolle kann mit dem Langzeittest HbA1c bestimmt werden.

Kurzfristige Auswirkungen und Langzeitfolgen

Ein erhöhter Blutzucker kann unangenehme bis gefährliche Auswirkungen haben: Häufiges Wasserlassen, quälender Durst, Schwäche, Müdigkeit, Konzentrations-, Koordinations- und Sehstörungen. Bei sehr hohem Blutzucker kann es zu Bewusstseinsstörungen und Bewusstlosigkeit kommen (Hyperglykämie).

Seit Beginn der Insulinbehandlung bei Diabetes ist die wichtigste akute Nebenwirkung ein zu tiefer Blutzucker. Eine Unterzuckerung (Hypoglykämie) ist nicht einfach nur unangenehm, sondern kann auch gefährliche Konsequenzen haben.

Langzeitfolgen eines ständig erhöhten Blutzuckers können Schädigungen an den Gefässen vor allem der Augen, Nieren und Nerven sowie der Herzkranzgefässe und der Hirn- und Beinarterien sein. Eine möglichst gute Regulierung des Blutzuckers bei Diabetes kann daher langfristig Gesundheitsschäden verhindern oder zumindest verzögern.

Susten Apotheke

Manuela Imahorn, eidg. dipl. Apothekerin
Sustenstrasse 10, 3952 Susten
Telefon 027 473 33 30, Telefax 027 473 44 30
www.susten-apotheke.ch, info@susten-apotheke.ch

Diabetes ist nicht heilbar. Deshalb ist das Fernziel einer sorgfältigen persönlichen Diabetesbehandlung die Verhinderung von Schäden an:

- Mikroarterien: Augen (Retinopathie), Nieren (Nephropathie)
- Makroarterien: Herz (Herzinfarkt), Gehirn (Schlaganfall), untere Extremitäten (v.a. «diabetischer Fuss»)
- Nervensystem: Neuropathie

Tückisch an diesen diabetesbedingten Langzeitfolgen ist, dass sie anfangs unbemerkt, d.h. meist schmerzfrei, verlaufen. Daher muss Diabetes behandelt werden, bevor Sie sich krank fühlen. Denn bis die Langzeitfolgen in Erscheinung treten oder erkannt werden, kann es zehn bis zwanzig Jahre dauern.

Die Ursache der Langzeitfolgen ist noch nicht restlos geklärt. Sicher ist aber, dass ein über Jahre erhöhter mittlerer Blutzucker, z. B. HbA1c von 8% und höher, Veränderungen an den Blutgefässen und Nerven verursachen kann. Nur vorübergehend erhöhte Blutzuckerwerte bei HbA1c-Werten von unter 8% haben geringere Auswirkungen auf die kleinen Blutadern (Augen, Nieren) und möglicherweise die grossen Blutgefässe (Beine, Herz, Hirn) sowie das Nervensystem.

Susten Apotheke

Manuela Imahorn, eidg. dipl. Apothekerin
Sustenstrasse 10, 3952 Susten
Telefon 027 473 33 30, Telefax 027 473 44 30
www.susten-apotheke.ch, info@susten-apotheke.ch