



Medizinische Klinik für allgemeine Innere Medizin und Gastroenterologie Chefarzt PD Dr. med. Philip Hilgard

Patienteninformation Diabetes

Diabetes mellitus Typ 2 ist eine chronische Stoffwechselkrankheit, die zu erhöhten Blutzuckerspiegeln führt. Der hohe Blutzucker schädigt langfristig Blutgefäße und Nerven. Das kann zahlreiche Organprobleme verursachen. Folgekrankheiten des Diabetes sind beispielsweise Herzinfarkt, Schlaganfall, Nierenschwäche, Netzhautschäden, Erektionsstörungen und viele andere. Sie werden oft als "Spätschäden" bezeichnet. Dieser Begriff ist jedoch irreführend, weil viele Diabetes-Folgekrankheiten bereits in einem sehr frühen Stadium des Diabetes auftreten können – oft sogar schon, wenn erst ein Prädiabetes (ein Diabetes-Vorstadium) besteht. Die Neigung zu Diabetes Typ 2 ist genetisch bedingt. Außerdem begünstigen vor allem Übergewicht und Bewegungsmangel die Krankheit.

Was heißt "Diabetes mellitus"?

"Diabetes mellitus" ist eine der ältesten bekannten Krankheiten, die schon in einem ägyptischen Papyrus beschrieben ist. Weil der Urin der Kranken durch den ausgeschiedenen Zucker süßlich schmeckte, wurde sie als "honigsüßer Durchfluss" (Diabetes mellitus) bezeichnet.

Wie häufig ist Typ-2-Diabetes?

In Deutschland leiden derzeit rund sieben Millionen Menschen an einem Diabetes, der mit Medikamenten behandelt wird – der überwiegende Anteil (über 90 Prozent) sind Typ-2-Diabetiker. Dazu kommen vermutlich bis zu vier Millionen Menschen, deren Diabetes noch nicht diagnostiziert wurde. Genaue Angaben sind nicht möglich, da Diabetes keine meldepflichtige Krankheit ist. In Deutschland gibt es bislang kein bundesweites Diabetes-Register. Darüber hinaus schätzen Experten, dass sich in Deutschland rund elf Millionen Menschen in einem Vorstadium des Typ-2-Diabetes befinden (Prädiabetes). Diese Menschen haben ein hohes Risiko, in den nächsten Jahren ebenfalls an Typ-2-Diabetes zu erkranken.

Tritt Diabetes Typ 2 nur im Alter auf?

In der Vergangenheit wurde der Typ-2-Diabetes gerne auch als "Alterszucker" bezeichnet. Tatsächlich erkranken in erster Linie ältere Menschen daran. Dennoch leiden zunehmend jüngere Menschen an Typ-2-Diabetes. Grund dafür ist, dass immer mehr Menschen schon in jungen Jahren stark übergewichtig sind und sich nur wenig bewegen – beides gilt als die Hauptursache von Diabetes Typ 2. Immer häufiger stellen Ärzte die Krankheit auch bei Kindern und Jugendlichen fest. In den USA haben etwa ein Viertel der Jugendlichen Diabetes oder eine Vorstufe davon. Die Bezeichnung „Alterszucker“ ist also längst nicht mehr korrekt.



Der Unterschied zwischen Typ-1- und Typ-2-Diabetes

Typ-1-Diabetes ist eine Autoimmunerkrankung. Das Abwehrsystem des eigenen Körpers zerstört dabei die Insulin produzierenden Zellen, die sich in der Bauchspeicheldrüse befinden. Das führt zu einem Mangel an Insulin. Dieses Hormon schleust den Zucker aus dem Blut in die Körperzellen, die ihn zur Energiegewinnung brauchen. Ohne Insulin steigt der Blutzuckerspiegel deshalb rasch an.

Wer Typ-1-Diabetes hat, muss von Anfang an regelmäßig Insulin spritzen, um seinen Blutzuckerspiegel zu senken. Oft erkranken schon Kinder (Durchschnittsalter acht Jahre). Aber auch alte Menschen können an Typ-1-Diabetes erkranken. Im Gegensatz zum Typ-2-Diabetes spielt die Vererbung beim Typ-1-Diabetes eine weitaus geringere Rolle.

Typ-2-Diabetes (siehe auch nächstes Kapitel: Die Ursachen) ist dagegen eine Erkrankung, bei der zunächst weniger der Mangel an Insulin im Vordergrund steht. Vielmehr entwickeln die Körperzellen eine Insulinresistenz. Das bedeutet, dass sie immer weniger auf Insulin ansprechen, bis sie schließlich unempfindlich (resistent) werden. Das Hormon kann den Zucker dann nicht mehr in die Zellen schleusen. Infolgedessen steigt der Blutzuckerspiegel an. Mögliche Ursachen der Insulinresistenz sind vor allem erbliche Veranlagung, Übergewicht und Bewegungsmangel.

Typ-2-Diabetes lässt sich mit Lebenswandel beeinflussen

Um die Insulinresistenz zu überwinden, produziert die Bauchspeicheldrüse zunächst mehr Insulin. Im Laufe der Jahre lässt die Insulinproduktion jedoch nach, die insulinproduzierenden Betazellen der Bauchspeicheldrüse "erschöpfen" sich und der Blutzuckerspiegel steigt. Typ-2-Diabetes kann, im Gegensatz zum Typ-1-Diabetes, anfangs meist durch eine Umstellung des Lebensstils behandelt werden, die sich günstig auf die Insulinresistenz auswirkt. Dazu gehören viel Bewegung, gesunde Ernährung und gegebenenfalls Abnehmen. Außerdem helfen Tabletten, die die Insulinwirkung verbessern oder die Insulinausschüttung anregen. Im Laufe der Zeit müssen jedoch auch viele Typ-2-Diabetiker Insulin spritzen.

Neben Typ-1- und Typ-2-Diabetes gibt es eine Reihe weiterer Diabetesformen, die jedoch sehr selten sind.

Medizinische Klinik für allgemeine Innere Medizin und Gastroenterologie

In der Klinik für allgemeine Innere Medizin bieten wir Ihnen ein umfassendes Leistungsangebot der kompletten Inneren Medizin. Dabei kombinieren wir den ganzheitlichen Ansatz der allgemeinen Inneren Medizin mit modernster Diagnostik und neuesten Therapieverfahren aus speziellen Schwerpunktbereichen.

Chefarzt PD. Dr. Philip Hilgard

Tel. 0208 309-2600, Fax 0208 309-2628

Philip.Hilgard@evkmh.de

Öffnungszeiten/Sprechstunden

Sprechstunde für Wahlleistungspatienten

Montags – Freitags: 13:00 – 15:00 Uhr

Terminvereinbarung: Tel. 0208 309-2400