

Volkskrankheit Diabetes

Immer mehr Menschen leiden in Deutschland an der sogenannten Zuckerkrankheit, auch kurz Diabetes genannt. Unter Diabetes mellitus versteht man eine Stoffwechselerkrankung, die zu den weltweit am verbreitetsten Erkrankungen gehört. Zurückzuführen lässt sich diese Erkrankung auf einen Mangel oder ein Fehlen von Insulin. Dabei tritt die Erkrankung bei allen Altersstufen auf.

Erbliche Faktoren, Immundefekte sowie äußere Einflüsse wie Infektionen, Krankheiten oder Stress können Auslöser für eine Erkrankung sein. Dabei unterscheidet man zwei Arten von Diabetestypen: Diabetes Typ 1 und Diabetes Typ 2.

Während Typ 1 durch einen Mangel des Hormons Insulin verursacht wird, kommt es bei Typ 2 zwar zur Bildung von Insulin, jedoch reagiert der Körper nicht richtig darauf.

Sowohl der menschliche Körper als die auch damit verbundene Energiegewinnung ist von Insulin abhängig. Bleibt eine Produktion aus, so wird verhindert, dass aus dem Blut Zucker in die Zellen aufgenommen und weiter verarbeitet werden kann. Dadurch ist der Zuckeranteil im Blut deutlich erhöht und muss mit dem Urin ausgeschieden werden.

Mögliche Anzeichen für eine Diabetes-mellitus-Erkrankung können ständiger Harndrang, ein Abfall von Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit, Stimmungsschwankungen mit Müdigkeit und leichter Gereiztheit sowie Gewichtsverlust sein. Daneben ist das Immunsystem geschwächt und es besteht der ständige Drang, etwas Trinken zu müssen. Typisch ist auch die Wahrnehmung von Acetongeruch (Nagellackentferner).

Stellt der Arzt bei einer Untersuchung Diabetes fest, so ist neben Einsetzen einer Insulintherapie, regelmäßig der Blutzuckerspiegel zu kontrollieren sowie auf eine ausgiebige Ernährung zu achten. Auch sportliche Aktivitäten sollten dabei nicht zu kurz kommen.

Um zu erreichen, dass der Blutzuckerspiegel gesenkt wird, sollte regelmäßig morgens und abends Insulin gespritzt werden. Daneben sollte nur fettarme Nahrung sowie Nahrung mit wenig Zucker zu sich genommen werden. Eine Nahrungsaufnahme muss dabei abhängig vom Insulintyp und der Höhe des Blutzuckerwertes nach der Insulininjektion erfolgen. Empfohlen werden dabei drei Hauptmahlzeiten sowie mehrere Nebenmahlzeiten.

Bleibt die Erkrankung lange unerkannt, können Blutgefäße in Mitleidenschaft gezogen werden. Dadurch kann es zu Nierenversagen, Nervenschädigungen sowie verringerter Sehfähigkeit kommen.

Patienten sollten neben regelmäßiger Kontrolle des Blutzuckergehalts und anschließender Dokumentation stets einen Würfel Zucker oder süße Fruchtsäfte bei sich führen, um bei einem möglichen Blutzuckerabfall schnell reagieren zu können.

Daneben sollten regelmäßige ärztliche Kontrollen erfolgen um bei Notwendigkeit den Insulinbedarf neu einstellen zu können. Überdies sollten Angehörige und Kollegen über die Erkrankung informiert werden, um im Notfall helfen zu können.