

Der gefährlichen Krankheit ein Schnippchen schlagen

Fragen und Antworten auch auf www.marktspiegel.de



Dr. Kirsten Peter Böhmer und Antonina Prignitz informieren über Diabetes.

Foto: oh

NÜRNBERG - Den sogenannten Altersdiabetes kann man heute medizinisch sehr gut in den Griff bekommen, wenn man die Möglichkeiten der Früherkennung nutzt und bereit ist seinen Lebensstil konsequent zu ändern: Dies ist das Fazit von Dr. med. Kirsten Peter Böhmer und Antonina Prignitz, die den MarktSpiegel-Leserinnen und -lesern im Rahmen einer Diabetes-Fragesunde Rede und Antwort standen.

Besonders viele Anrufer wollten wissen, welche Anzeichen es für einen beginnenden Diabetes mellitus gebe. „Chronische Müdigkeit, ein starkes Durstgefühl sowie häufiges Wasserlassen vor allem auch Nachts können erste Warnsignale sein“, so Dr. Böhmer, Facharzt für Innere Medizin, Nephrologie, Hypertensiologie und Diabetologie in der Fachklinik Dr. Steger. „Auch Juckreiz, Taubheitsgefühl oder Kribbeln an den Beinen, eine sich schnell verändernde Brillenstärke sowie gerötete Augen

gelten vor allem wenn mehrere Symptome zusammen auftreten als Warnsignale“, ergänzt seine Kollegin Antonina Prignitz, Fachärztin für Allgemeinmedizin und angehende Diabetologin.

Das Risiko am so genannten Altersdiabetes (Typ II) zu erkranken, steige mit den Faktoren Übergewicht und Bewegungsmangel rapide an. „Regelmäßige Bewegung und sportliche Betätigung sind der beste Schutz vor Diabetes“, bekräftigte Dr. Böhmer. Wer sich daran halte, habe lebenslang nur ein geringes Risiko, an der schleichend beginnenden Krankheit zu erkranken. Natürlich spiele auch eine familiäre Prädisposition eine Rolle. Falls beide Elternteile an Diabetes erkrankt seien, sei die Gefahr für deren Kinder wesentlich größer, als für Kinder, in deren Verwandtschaftskreis keine Fälle von Diabetes aufgetreten seien. Auch vermehrter Stress, etwa im Beruf, wirke sich ungünstig auf den Blutzuckerspiegel aus.

Dafür, so Antonina Prignitz, könne ein beginnender Diabetes mellitus mittels einfacher

Testverfahren in der Regel bereits in einem sehr frühen Stadium erkannt werden. Wer den regelmäßigen Gesundheitscheck alle zwei Jahre beim Hausarzt oder Internisten nutze, sei auf der sicheren Seite.

Dr. Böhmer warnte davor, den Diabetes auf die leichte Schulter zu nehmen. Aufgrund der Übersättigung mit zuckerhaltigen Produkten steige die Anzahl der Betroffenen nicht nur seit Jahren steil an, es betreffe zunehmend auch jüngere Menschen. Die Spätfolgen der Krankheit seien verheerend: Bei einem nicht behandelten Diabetes können gefäßabhängige Funktionseinschränkungen auftreten, zum Beispiel eine Verkalkung der arteriellen Blutgefäße. Organe wie Haut, Niere, Hirn und Herz erleiden Durchblutungsstörungen. Es kann zu Nierenversagen, Schlaganfall, Erblindung oder gar zur Amputation der Füße oder Beine kommen.

Ausdrücklich warnte Antonina Prignitz vor Diätprodukten für Diabetiker. Der hier verwendete Fruchtzucker sei genauso schädlich wie gewöhnlicher Zucker.