

VON ANDREAS BEEZ

München – Im Volksmund klingt der Name relativ harmlos. Und die Zuckerkrankheit, auf Medizinerdeutsch Diabetes genannt, taucht in Deutschland auch nicht in der Statistik der tödlichsten Volkskrankheiten auf. Trotzdem gilt Diabetes als stiller Killer. Denn die Erkrankung greift den gesamten Körper an, kann in verschiedenen Organen gleichzeitig schweren Schaden anrichten – mit dramatischen Folgen wie Herzinfarkt, Herzschwäche, Schlaganfall, Nierenversagen, Amputationen und Erblindung.

Umso alarmierender bewerten Experten die Entwicklung bei der Patientenzahl. Sie hat seit der Jahrtausendwende um etwa ein Drittel zugenommen. Inzwischen leben in Deutschland bereits etwa neun Millionen Menschen mit der Diabetes-Diagnose, jedes Jahr kommen eine halbe Million neue Patienten dazu. Und etwa zwei Millionen Menschen wissen noch gar nichts von ihrem Problem.

Diabetes betrifft alle Organe

Vor diesem Hintergrund warnen Experten immer lauter davor, die Zuckerkrankheit zu unterschätzen. Sie haben allerdings auch eine ermutigende Botschaft parat: Diabetes lässt sich immer besser behandeln, es stehen unter anderem neue Medikamente und ein Bluttest zur Früherkennung zur Verfügung. Man kann sich also wappnen.

Nahezu jeder siebte Bundesbürger leidet an Diabetes mellitus. Die Zuckerkrankheit ist weitverbreitet, aber anders als Krebsleiden, Herzinfarkte oder Schlaganfälle gilt sie nicht als unmittelbar bedrohlich. Deshalb nehmen viele Menschen sie noch immer auf die leichte Schulter – nach dem Motto: „Das hat doch fast jeder, also kann es ja nicht so schlimm sein.“

Ein Irrglaube, der fatale Folgen haben kann. „Diabetes ist mehr als nur ein erhöhter Blutzuckerwert“, warnt Professor Diethelm Tschöpe, Direktor im Herz- und Diabeteszentrum Nordrhein-Westfalen. „Bei dieser Diagnose muss man sich alle Organe

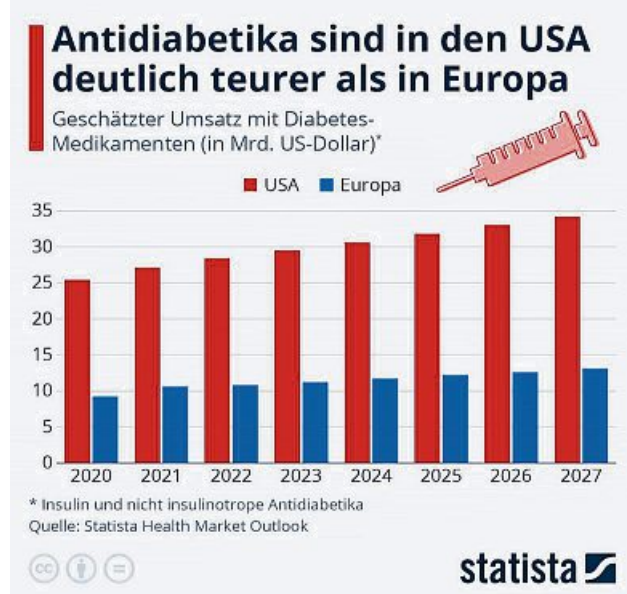
Diabetes – der stille Killer ist auf dem Vormarsch

Jeder siebte Deutsche leidet bereits an der Erkrankung. Weil sich Diabetes immer besser behandeln lässt, werden die Folgen häufig noch unterschätzt.



Der sogenannte Blutzucker entspricht dem Glukoseanteil im Blut. Er lässt sich über eine kleine Menge Blut leicht messen.

FOTO: GETTY IMAGES



anschauchen. Die Patienten brauchen ein ganzheitliches und individualisiertes Therapiekonzept.“

Das Herz wird zur Schwachstelle

In der Praxis gelingt das leider nicht immer – auch deshalb nicht, weil sich viele Fachärzte allein auf ihr Spezi-

algiebieten konzentrieren. „Dabei ist ein Diabetiker von Haus aus ein Hochrisikopatient für verschiedenste Erkrankungen“, erläutert Tschöpe.

Wie gefährlich Diabetes ist, lässt sich sogar in verlorenen Lebensjahren messen. So haben schwedische Wissenschaftler berechnet, dass ein 60-jähriger Diabetiker im Vergleich zu einem gesunden Gleichaltrigen statistisch ge-

sehen sechs Jahre früher stirbt. Hat der Diabetiker zusätzlich noch ein Herzleiden, schließt er sogar zwölf Jahre früher die Augen.

Gerade das Herz entwickelt sich bei vielen Zuckerkranken zur empfindlichen Schwachstelle. Männliche Diabetiker haben ein zweibis vierfach erhöhtes Risiko, an einem Herz-Kreislauf-Leiden zu erkranken. Bei Frauen ist es sogar bis zu sechsfach erhöht. Drei von vier Diabetikern sterben in der Konsequenz an einem Herzinfarkt oder Schlaganfall.

Aus einem anderen Blickwinkel betrachtet, wird bei jedem vierten Schlaganfallpatienten Diabetes entdeckt. Zudem gehen Wissenschaftler davon aus, dass die Stoffwechselerkrankung die Entstehung einer Herzschwäche befeuert. „Wer an Herzinsuffizienz leidet, der hat ein besonders hohes Sterberisiko. Es ist ähnlich hoch wie bei Darmkrebs“, erläutert Tschöpe, der auch Vorsitzender der Stiftung „Der herzkranke Diabetiker“ (DHD) ist.

Die große Herausforderung sieht der erfahrene Mediziner darin, die Zuckerkrankheit so



„Man muss Diabetes so früh wie möglich erkennen“, sagt Professor Diethelm Tschöpe.

FOTO: PRIVAT

früh wie möglich zu erkennen. Doch das gelingt nicht immer. „Erkrankungen wie

Gesunder Lebensstil hilft bei Typ 2

Herzinfarkt oder Schlaganfall sind häufig die Konsequenz eines über lange Zeit schlecht eingestellten Blutzuckerspiegels. Viele Patienten spüren

die Symptome erst dann, wenn bereits Schäden in den Organen entstanden sind. Oft konnte der Diabetes zu diesem Zeitpunkt bereits zehn Jahre lang oder sogar noch länger schleichend wirken“, erklärt Tschöpe.

Diesen Teufelskreis zu unterbrechen, haben die Patienten ein Stück weit selbst in der Hand – jedenfalls dann, wenn sie an Diabetes Typ 2 leiden. Anders als bei Typ 1,

einer Autoimmunerkrankung (siehe Artikel unten), lässt sich die häufigere Form, die 95 Prozent aller Diabetesfälle in Deutschland ausmacht, auch über den Lebensstil beeinflussen. „Wichtig sind eine ausgewogene Ernährung, Bewegung, ein gutes Körpergefühl und Gesundheitsbewusstsein“, rät Tschöpe.

Beim Essen sollte man vor allem darauf achten, dass man es mit dem Zucker nicht übertreibt. „Die Dosis macht das Gift“, weiß Tschöpe. „Wer zu viel Zucker zu sich nimmt, versetzt seinen Körper in Dau-

„Wenn man die Erkrankung frühzeitig erkennt und etwas unternimmt, lässt sich das Sterberisiko heutzutage deutlich verringern.“

Professor Diethelm Tschöpe

erstress. Die Bauchspeicheldrüse muss permanent Insulin produzieren.“ Vereinfacht erklärt, besteht so die Gefahr, dass der Zuckerverbrennungsmotor dadurch irgendwann ins Stottern gerät. „Wer noch dazu eine Veranlagung für Diabetes in sich trägt, der erhöht durch eine zuckerlastige Ernährung sein Risiko, dass die Erkrankung tatsächlich ausbricht“, erklärt er.

Abgesehen von einem gesunden Lebensstil können Medikamente helfen, den Diabetes in Schach zu halten, ohne dass sich die Patienten das Hormon Insulin spritzen müssen. „Heute gibt es moderne Präparate, die den Blutzuckerspiegel kontrollieren und andererseits das Herz schützen.“ Zu diesen Mitteln zählen SGLT-2-Hemmer wie Jardiance oder Forxiga sowie sogenannte GLP-1-Rezeptoragonisten wie Victoza, Ozempic oder Trulicity.

Wer regelmäßig zum Arzt geht und Verhaltensfehler im Alltag vermeidet, der kann auch mit Diabetes gut leben – und alt werden. „Wenn man die Erkrankung frühzeitig erkennt und etwas dagegen unternimmt, lässt sich das Sterberisiko heutzutage deutlich verringern“, sagt Professor Diethelm Tschöpe. „Bestenfalls ist es dann nicht mehr höher als bei einem Nicht-Diabetiker.“

Typ-1-Diabetes: Früherkennung bei Kindern besonders wichtig

Große Studie hat bisher 170 000 Buben und Mädchen auch aus Bayern getestet – Neues Medikament womöglich schon Ende des Jahres

München – Im Kampf gegen Typ-1-Diabetes haben Wissenschaftler spektakuläre Fortschritte erzielt. So lässt sich diese seltenere Form der Zuckerkrankheit, bei der der Körper kaum oder gar kein Insulin mehr produziert, inzwischen bereits im Kindesalter in einem frühen Stadium enttarnen – noch bevor sie überhaupt ausgebrochen ist. Dazu sind nur ein paar Tropfen Blut erforderlich, die der Arzt mit einem kleinem Piek in die Fingerkuppe abnimmt. Dank dieses einfachen und kostenlosen Tests gewinnen die kleinen Patienten und ihre Familien wertvolle Zeit, um sich für den Umgang mit der chronischen Erkrankung zu wappnen.

Mindestens genauso wichtig ist die Information für die Ärzte. Sie können Diabetes Typ 1 zwar nach wie vor nicht heilen, aber die Blutzuckerwerte dann bereits im noch symptomlosen Frühstadium überwachen. Falls erforderlich, können die Mediziner direkt Medikamente verabreichen, um schlimmstenfalls lebensgefährliche Komplikationen zu vermeiden. Der medizinische Hin-

tergrund: In Deutschland erkranken immer mehr Kinder an Diabetes. Etwa 3700 Mädchen und Buben kommen jedes Jahr dazu.

Die Autoimmunerkrankung richtet schwere Schäden in der Bauchspeicheldrüse an. Sie zerstört die Zellen, die das Hormon Insulin produzieren. Dadurch steigt der Blutzuckerspiegel an. Die Betroffenen müssen lebenslang Insulin bekommen, um möglichst normale Blutzuckerwerte zu erreichen. Das ist eine große Herausforderung.

Übersäuerung kann sogar tödlich sein

In vielen Fällen wird die Zuckerkrankheit bei den Kleinen allerdings erst entdeckt, wenn sie bereits mit schweren Komplikationen in der Klinik liegen. „Durch den Insulinmangel kann es unmerklich zu einer Übersäuerung des Bluts kommen, das nennt man in der Fachsprache Ketoazidose. In seltenen Fällen bekommen die Kinder Hirnödeme, fallen ins Koma. Ohne rechtzeitige Therapie kön-



Ein kleiner Piek in den Finger genügt, um bei Kindern Diabetes zu erkennen, bevor er ausgebrochen ist.

GETTY IMAGES

nen sie sogar daran sterben“, erklärt Prof. Peter Achenbach, stellvertretender Direktor des Instituts für Diabetesforschung von Helmholtz Munich. „Diese Notfälle lassen sich durch die gezielte Früherkennung vermeiden. Sie ermöglicht es zudem, dass bei Ausbruch der Erkrankung zumindest ein Teil der insulinproduzierenden Zellen noch funktionstüchtig erhalten ist. Dadurch lässt sich der Diabetes im Laufe des Lebens oft besser behandeln.“

Um möglichst viele Kinder auf Diabetes Typ 1 im Frühstadium zu testen, läuft in Bayern, Sachsen, Niedersachsen und Hamburg eine große Studie, die von Helmholtz Munich kontrolliert wird. In Bayern beteiligen sich 663 Kinderärzte und 17 Partnerkliniken. Seit 2015 sind im Rahmen der „Fr1da-Studie“ bereits über 170 000 Kinder im Alter von zwei bis zehn Jahren untersucht worden. „Bei etwa 0,3 Prozent der Kinder – immerhin mehr als 500

kleine Patienten – wurde ein Frühstadium des Diabetes-Typs 1 festgestellt. Durch Schulung der Familien und Verlaufskontrollen hatten sie bei Ausbruch der klinischen Erkrankung viel seltener Ketoazidosen als Kinder mit zuvor unentdecktem Diabetes“, weiß Achenbach. Eltern können ihre Kinder in Praxen, die an der „Fr1da-Studie“ teilnehmen, kostenlos testen lassen. Wenn der Arzt die Tests nicht durchführt, können sich Interessenten direkt an das Institut für Diabetesforschung in München wenden. Die Mailadresse: diabetes.frueherkennung@helmholtz-muenchen.de.

Starker Durst und häufiges Pinkeln

Besonders rasch sollten sich Eltern dann um einen Test bemühen, wenn sich bei ihren Kindern mögliche Diabetes-Symptome zeigen. „Ganz typisch ist ein extrem starkes Durstgefühl und häufiges Wasserlassen. Die Kinder verlieren auch oft Gewicht und sind nicht mehr so



Prof. Peter Achenbach ist Diabetesforscher. UNGER

leistungsfähig“, erläutert Achenbach. „In solchen Fällen sollte man unbedingt zu einem Arzt gehen und den Blutzucker messen lassen.“

Nicht nur in der Früherkennung, sondern auch bei der Behandlung von Diabetes Typ 1 kommen die Forscher immer weiter voran. So ist jetzt erstmals ein Medikament in Sicht, das die Entstehung der Erkrankung zumindest hinauszögern kann. Das neue Mittel ist in den USA bereits zugelassen und könnte Ende des Jahres auch in Deutschland verabreicht werden. Es beinhaltet den Wirkstoff Teplizumab und wird unter dem Markennamen Tzield vertrieben. „Teplizumab ist ein Meilenstein bei der Behandlung von Typ-1-Diabetes. Weitere Immuntherapien werden bereits in

Studien getestet. Sie zeigen erste Erfolge und könnten in Zukunft die Behandlungsmöglichkeiten weiter verbessern“, erklärte Achenbach anlässlich eines wissenschaftlichen Symposiums im Münchner Isarklinikum.

Bei der hochkarätigen Ärztetagung berichtete der Stoffwechselexperte von den bahnbrechenden Forschungserfolgen: „Die Zulassung des neuen Medikaments hat in Wissenschaftlerkreisen noch mal einen zusätzlichen Motivations Schub gebracht.“

Tzield wird als Infusion verabreicht – über zwei Wochen einmal täglich. Vereinfacht erklärt, handelt es sich um Antikörper, die bestimmte Autoimmunangriffe auf die Zellen der Bauchspeicheldrüse hemmen. Dadurch kann das neue Mittel den Ausbruch der Zuckerkrankheit im Schnitt um etwa 25 Monate hemmen. Es darf zunächst allerdings nur bei Kindern ab acht Jahren eingesetzt werden und ist sehr teuer: Ein 14-tägiger Behandlungszyklus kostet in den USA umgerechnet knapp 200 000 Euro.

ANDREAS BEEZ