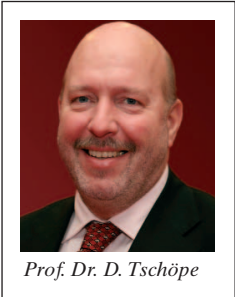




Herz- und Diabeteszentrum
Nordrhein-Westfalen
Universitätsklinik der Ruhr-Universität Bochum

Diabetes Telefonaktion -



Prof. Dr. D. Tschöpe

Die häufigsten Fragen und Antworten

Unter dem Motto »Wissen was bei Diabetes zählt: Gesünder unter 7« beantwortete der Diabetologe Professor Dr. Diethelm Tschöpe aus Bad Oeynhausen Ihre Fragen am Telefon. Der Langzeitblutzuckerwert HbA_{1c} ist die entscheidende Kenngröße für eine gute Blutzuckereinstellung. Er sollte immer unter sieben Prozent liegen, um Folgeerkrankungen zu vermeiden. »Jeder Zuckerkrankte sollte verstehen, wie wichtig der Langzeitblutzuckerwert im Rahmen der Diabetestherapie ist«, so das Fazit des Experten.

Die häufigsten Fragen und Antworten haben wir hier für Sie zusammengefasst:

Kann man mit dem HbA_{1c} -Wert feststellen, ob man Diabetes hat, oder warum ist dieser Wert so wichtig?

Der HbA_{1c} -Wert ist der Langzeitblutzuckerwert. Er spiegelt den durchschnittlichen Blutzuckerwert der letzten drei Monate wider und ist ein Maß dafür, wie gut ein Diabetiker seinen Stoffwechsel im Griff hat. Bei gut eingestellten Typ-2-Diabetikern sollte der HbA_{1c} -Wert unter sieben Prozent liegen, denn je niedriger er ist, desto geringer ist das Risiko für spätere Erkrankungen wie Herzinfarkt und Schlaganfall oder Schäden an Augen und Nieren. Für die Diagnose des Diabetes ist er nicht geeignet. Hier gibt es andere Methoden, zum Beispiel den oralen Glukose-Toleranztest.

Mein Vater ist Typ-2-Diabetiker, sein HbA_{1c} -Wert liegt bei über 10 Prozent, obwohl er Tabletten nimmt. Kann er mit Sport seine Blutzuckereinstellung verbessern?

Der hohe HbA_{1c} -Wert Ihres Vaters deutet darauf hin, dass seine Tabletten und auch zusätzlicher Sport nicht mehr ausreichen, um den Blutzucker genügend zu senken. Er sollte mit einem Arzt sprechen, denn aus meiner Sicht wäre es sinnvoll, die Behandlung mit dem körpereigenen Hormon Insulin zu ergänzen. Mit einer ergänzenden Insulintherapie kann Ihr Vater seinen Blutzucker wieder besser einstellen und den

HbA_{1c} -Wert auf den Zielwert von unter sieben Prozent senken. Das ist vor allem im Hinblick auf die Vermeidung späterer Erkrankungen wichtig.

Ich habe gehört, dass der Bauchumfang wichtig ist. Warum ist das so?

Der Bauchumfang ist wichtig, weil er ein zuverlässiges Maß für das innere Bauchfett ist, das im Zusammenhang mit der Entstehung von Diabetes steht und ein Risikofaktor für Herz-Kreislauf-Erkrankungen ist. Bei Männern sollte der Bauchumfang nicht mehr als 102 cm, bei Frauen nicht mehr als 88 cm betragen.

Bei der Insulinbehandlung wird der Begriff BOT oft genannt. Was bedeutet er?

BOT bedeutet basalunterstützte orale Therapie. Hierbei wird zusätzlich zu Tabletten (»oralen« Antidiabetika) ein langwirksames Insulin gespritzt. Das sorgt für einen gleichmäßigen Insulinspiegel und wirkt idealerweise über 24 Stunden. Diese Behandlungsform ist für alle Typ-2-Diabetiker geeignet, bei denen Ta-

bletten alleine den Blutzucker nicht mehr ausreichend senken können. Insbesondere die BOT mit einem langwirksamen Kunstinsulin, einem so genannten Insulinanalogon, erleichtert den Einstieg in die Insulintherapie, da es nur einmal täglich gespritzt werden muss.

Ich habe gehört, dass Diabetiker, die Insulin spritzen, Gefahr laufen zu unterzuckern. Stimmt das? Wie ist das zu verhindern?

Dem Körper sollte nur soviel Insulin zugeführt werden wie er zusätzlich zu seinen Reserven benötigt. Steht zuviel Insulin zur Verfügung und der Patient nimmt keine Nahrung bzw. keinen Zucker zu sich, kommt es zur Unterzuckerung. Doch heute gibt es moderne Insuline wie Insulinanaloga. Sie ahmen die Insulinfreisetzung, so wie sie bei Gesunden erfolgt, nach. Die langwirksamen Insulinanaloga versorgen den Körper für 24 Stunden gleichmäßig mit Insulin. Sie haben ein flaches Wirkprofil ohne Insulinspitzen, wodurch das Risiko für Unterzuckerungen deutlich geringer ist. □

Informationen



Die bundesweite Diabetes-Aktion »Wissen was bei Diabetes zählt: Gesünder unter 7« klärt über den Langzeitblutzuckerwert auf. Die Aktion macht von März bis September 2007 Station in großen Einkaufszentren: Karlsruhe (22./23. März, Ettlinger Tor), Laatzen bei Hannover (10./11. Mai, Leine-Center), Dresden (12./13. Juli, Altmarkt-Galerie) und Bayreuth (6./7. September, Rotmain-Center). Weitere Informationen unter www.gesuender-unter-7.de.