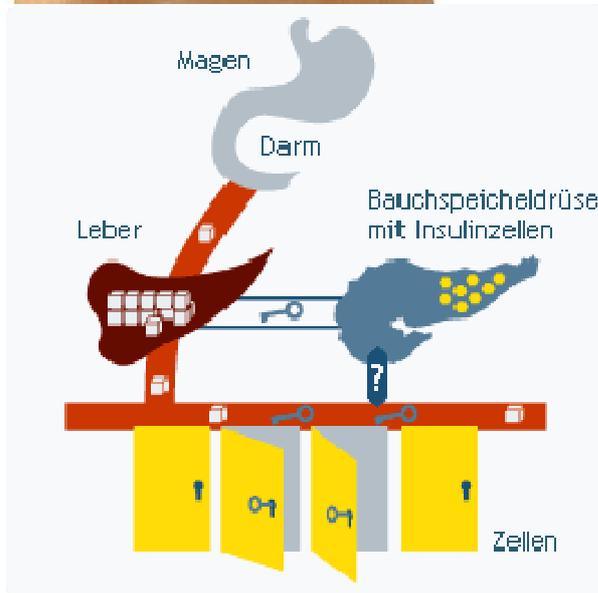
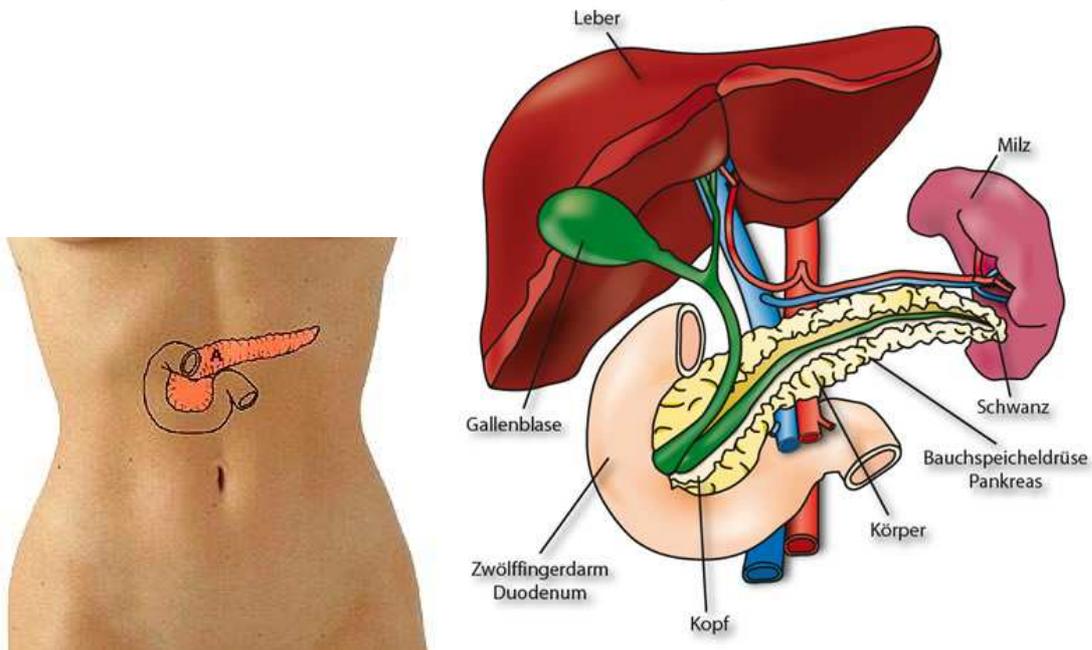


Diabetes mellitus Typ II

Bei dieser Form der Zuckerkrankheit liegt möglicherweise eine erbliche Veranlagung vor – das bedeutet, dass man durch das Erbmateriale von Vater oder Mutter eine besondere Neigung mitbekommen hat, an Diabetes zu erkranken. Andererseits spielt oft die Überbeanspruchung des Stoffwechsels, insbesondere der Bauchspeicheldrüse durch Zufuhr von viel Nahrung eine Rolle



Insulin hat die Aufgabe, die Aufnahme des Zuckers in die Zellen zu ermöglichen. Es sperrt gleichsam wie ein Schlüssel die Zellen auf und der Zucker aus dem Blut kann dann in den Zellen verarbeitet werden. Beim Typ II Diabetes kann es vorkommen, dass der „Insulinschlüssel“ nicht mehr genau in das Schloss passt. Man nennt das Insulinresistenz. Zusätzlich kann es aber auch vorkommen, dass in Phasen, wo besonders viel Insulin gebraucht wird, die Produktion nicht ausreichend ist.

Notizen:



Hyperglykämie: bedeutet ein Anstieg des Blutzuckers über einen Wert von 110 mg/dl

Ursache dafür ist, dass entweder das körpereigene (oder auch das verabreichte) Insulin nicht ausreichend wirkt oder dass wirklich zu wenig Insulin im Körper zur Verfügung steht.

Hohe Zufuhr von Zuckerstoffen führt zu einem Blutzuckeranstieg, aber auch fieberhafte Infekte oder bestimmte Medikamente wie zum Beispiel Kortison können den Blutzucker anheben.

Der Körper versucht den überflüssigen Zucker im Blut über den Harn wieder los zu werden. Dabei werden auch große Flüssigkeitsmengen mitgerissen. Die Folge davon ist eine große Harnmenge, viel Durst und Austrocknungserscheinungen.

Allgemein wird ein Gefühl der Müdigkeit und Lustlosigkeit verspürt. Man kann sich recht gut vorstellen, dass dem Gehirn und den Muskeln der „Treibstoff“ Zucker fehlt, da er nicht in die Zelle hinein kann.

Bei sehr hohen Blutzuckerwerten (über 400) kann es zum Auftreten von Bewusstlosigkeit kommen – man spricht von einem diabetischen Koma.

Ständig hohe Blutzuckerwerte führen zu Schäden an den Blutgefäßen, sowohl in den kleinen Gefäßen der Netzhaut im Auge, der Niere oder der begleitenden Gefäße der Nerven als auch der größeren Gefäße im Gehirn, am Herzen die Herzkranzgefäße oder die Bein Gefäße.

Der hohe Blutzucker ist auch ein guter Nährboden für Bakterien. Es kommt daher leichter zu Infektionen und zu schlecht heilenden Wunden.

Hypoglykämie bedeutet die Unterzuckerung, also ein Abfall des Blutzuckers unter 70 mg/dl

Es ist zuviel Insulin oder zuwenig zuckerhaltige Nahrung vorhanden. Unter den Tabletten zur Blutzuckersenkung können nur Präparate wie Diamicon oder Amaryl eine Unterzuckerung machen. Selbstverständlich kann beim Insulin spritzenden Diabetiker ein zuviel an gespritzten Insulin, vergessene Nahrungsaufnahme oder ein verstärkter Verbrauch durch starke körperliche Betätigung eine Unterzuckerung herbeiführen.

Die ersten Symptome können Heißhunger, Zitterigkeit und Schwitzen sein. Durch sofortige Zufuhr eines Traubenzuckers kann die drohende Unterzuckerung behandelt. Bei weiterem Absinken des Zuckers droht ein Bewußtseinsverlust. Man bezeichnet dies als hypoglykämischen Schock.

Was sollte aus der Sicht des Internisten in einem Betreuungsprogramm enthalten sein

Regelmäßige Blut- und Harnuntersuchungen – im Idealfall alle 3 Monate mit Kontrolle der Risikofaktoren und mit der Bestimmung des Langzeitblutzuckers HbA1c.



Der Langzeitblutzucker HbA1c gibt einen Durchschnittswert der Blutzuckereinstellung in den letzten 6 Wochen. Der Zielwert muss individuell durch den behandelnden Arzt festgelegt werden. Niedrige Werte schützen vor Veränderungen an den kleinen Gefäßen (zB Auge oder Niere) und nach mehreren Jahren guter Einstellung auch vor dem Auftreten von Herzinfarkt und Schlaganfall.

Eine zumindest ebenso große Bedeutung wie der Blutzucker hat beim Diabetiker die Höhe des Cholesterinspiegels. Der Wert für das schädigende LDL Cholesterin sollte unter 100 und im Idealfall um 80 mg/dl liegen.

Eine Begutachtung des Augenhintergrundes durch den Augenarzt sollte einmal pro Jahr erfolgen. Ebenso sollte einmal pro Jahr die Untersuchung der Beine mit der Durchblutungsmessung und der Untersuchung der Nervenversorgung durchgeführt werden.

Eine Untersuchung des Herz-Kreislaufsystems mit Herzultraschall und Belastungs EKG und eine Untersuchung der hirnversorgenden Gefäße sollte ebenfalls einmal pro Jahr erfolgen

Was kann man selber kontrollieren

Eine regelmäßige Kontrolle der Blutzuckerwerte, der Blutdruckwerte und des Gewichtsverlaufes. Ergänzend zum Gewichtsverlauf hat sich die Messung des Bauchumfanges als eine sehr einfache aber besonders aussagekräftige Untersuchung herausgestellt.

Auf die Bedeutung der Fußgesundheit wird gesondert eingegangen

