

Diabetes-Gefahr für jeden Zehnten Zu hoher Blutzuckerspiegel

Weltdiabetes-Tag am 14. November

Hannover, im November 2017 - Laut BARMER Arztreport 2017 haben mittlerweile 9,9 Prozent der Bevölkerung eine Diabetes-Diagnose, darunter 10,6 Prozent der Männer und 8,7 Prozent der Frauen. Das heißt, jeder Zehnte hat Probleme mit seinem Blutzuckerspiegel, in Niedersachsen rund 800.000 und in Bremen etwa 65.000 Menschen. Das Problem: Drei Viertel der Männer und vier Fünftel der Frauen in Deutschland bewegen sich laut Weltgesundheitsorganisation zu wenig. Heike Sander, Landesgeschäftsführerin der BARMER in Niedersachsen und Bremen, empfiehlt daher wöchentlich mindestens 2,5 Stunden intensive Bewegung. Neben zu wenig Bewegung gelten Tabak und zu hoher Alkoholkonsum sowie kalorienreiche Ernährung mit zu viel Zucker und Fett als wesentliche Risikofaktoren dafür, an Diabetes Typ 2 zu erkranken.

Welche Symptome können auftreten?

Bei einem unbehandelten Typ-2-Diabetes sind die Blutzuckerwerte dauerhaft erhöht. Dies ist nicht immer gleich spürbar. Ein Typ-2-Diabetes kann sich über Jahre entwickeln, ohne dass Symptome auftreten. Ist der Blutzuckerspiegel sehr stark erhöht, kann es auch zu Bewusstseinsstörungen bis hin zur Bewusstlosigkeit (diabetisches Koma) kommen. Ein dauerhaft erhöhter Blutzuckerspiegel kann aber folgende Symptome verursachen:

- starkes Durstgefühl,
- häufiges Wasserlassen,
- Müdigkeit und Antriebsschwäche,
- Übelkeit,
- Schwindel.

Was ist Diabetes Typ 1 und 2?

Typ-2-Diabetes (Diabetes mellitus) ist eine Erkrankung des Stoffwechsels, die dazu führt, dass sich im Blut Zucker ansammelt. Ein Diabetes kann ganz unterschiedlich ausgeprägt sein: Nach der Diagnose brauchen manche Menschen nur wenig in ihrem Leben zu ändern. Schon eine geringe

Landesvertretung

Niedersachsen

Bremen

Postanschrift:
Postfach 05 29
30005 Hannover

Neue Besucheranschrift:
Goseriede 4/Gebäudeteil C
30159 Hannover

www.barmer.de/p006135
www.twitter.com/BARMER_NIHB
presse.ni.hb@barmer.de

Michael Erdmann
Tel.: 0800 333 004 654 432
michael.erdmann@barmer.de

Gewichtsabnahme und etwas mehr Bewegung reichen für sie aus, um ihren Diabetes in den Griff zu bekommen. Andere Menschen mit Typ-2-Diabetes benötigen eine dauerhafte Behandlung mit Tabletten oder Insulin. Für sie ist es besonders wichtig, ihre Erkrankung zu verstehen und zu wissen, was sie selbst für ihre Gesundheit tun können. Es gibt zwei Haupttypen des Diabetes. Typ-1-Diabetes tritt in der Regel schon im Kindes- oder Jugendalter auf. Zu einem Typ-1-Diabetes kommt es, weil die Bauchspeicheldrüse geschädigt ist und kein oder nur sehr wenig Insulin produziert. Anders verhält es sich beim Typ-2-Diabetes. Er wird auch „Altersdiabetes“ genannt, weil er sich oft erst in einem höheren Lebensalter bemerkbar macht. Dabei wird das Insulin von den Körperzellen immer schlechter aufgenommen und verwertet. Typ-2-Diabetes ist wesentlich häufiger als Typ-1-Diabetes. Etwa 90 Prozent der Menschen mit Diabetes haben einen Typ-2-Diabetes.

Mehr unter www.barmer.de/s000665