



Eine Diabetikerin spritzt sich mit einem Pen Insulin.

FOTO: DPA

Jeder Zehnte hat Diabetes

Jeder zehnte Vogelsberger hat Diabetes Typ 2. So sagt es eine Studie der AOK. Die Quote ist damit deutlich höher als im übrigen Hessen. Oft spielen Übergewicht, Bewegungsmangel, genetische Faktoren und Stress eine Rolle. Auf das Problem setzt das Alsfelder Krankenhaus eine eigene Spezialistin an. Denn oft kann man mit einem neuen Lebensstil die Krankheit in den Griff bekommen.

VON JOACHIM LEGATIS

Die Zahlen lassen aufhorchen. Im bundesweiten Vergleich schneidet Hessen relativ gut ab. Doch es fällt auch auf: Im Vogelsbergkreis, im Hersfeld-Rotenburg und im Werra-Meißner-Kreis ist die Volkskrankheit besonders häufig. 10,6 Prozent der hiesigen Kreisbewohner haben Diabetes Typ 2, früher »Altersdiabetes« genannt. Zum Vergleich: Im Main-Taunus-Kreis sind es 5,9 Prozent, im Hessen-Durchschnitt 8,1 Prozent.

Gründe kann Dr. Torben Jüres nicht benennen. »Es ist kein guter Ansatz, die Landkreise in dieser Hinsicht miteinander zu vergleichen«, meint der Chefarzt der Inneren Abteilung am Kreiskrankenhaus Alsfeld.

»In einigen Regionen Hessens gibt es Handlungsbedarf. Die Auswertungen können helfen, Ansätze zu entwickeln, um die gesundheitliche Versorgung zu verbessern.«

Dr. Angela Smith, Ärztin bei der AOK

Er verweist lieber auf Anstrengungen, mit der immer weiter ansteigenden Zahl an Diabetes-Patienten professionell umzugehen. So hat das KKH Alsfeld seit 2005 eine spezielle Beratung, die Andrea Merle-Schmitt leistet. 80 bis 100 Patienten nehmen jeden Monat ihre Dienste in Anspruch, um zunächst zu klären, wie

weit die Krankheit vorangeschritten ist und welche Medikamente helfen. Merle-Schmitt berät zudem in Fragen der Lebensführung.

Denn zur Wahrheit gehört, dass Diabetes 2 auch ein Ergebnis der Überflussgesellschaft ist. Zentrales Problem bei vielen ist das Übergewicht, wie sich im Gespräch mit Jüres und Merle-Schmitt zeigt. Doch es kommen meist mehrere Faktoren zusammen, bis die Krankheit ausbricht. »Diabetes 2 bemerkt man zunächst nicht«, sagt Jüres. Vielleicht spüren Menschen ein Krabbeln in den Fingern, die Sehkraft verschlechtert sich oder sie »trinken wie ein Stier«, weil sie so viel Durst haben. Mit zunehmendem Alter steigt der Anteil der Patienten an, bei Menschen über 80 Jahren sind es über 30 Prozent. Es kann aber auch deutliche jüngere treffen.

Im Grunde ist Diabetes 2 eine Überlastung des Kohlenhydrat-Stoffwechsels. Zu wenig Bewegung und zu viele schnell abbaubare Kohlenhydrate wie Zucker und Weißmehl in der Nahrung sowie eine genetische Veranlagung begünstigen den Ausbruch. Wenn Stress und eine Infektion hinzukommen, ist die Chance zum Ausbruch recht hoch.

»Meist ist es nicht ein einzelnes Ereignis, sondern es handelt sich um eine Lebensperiode mit mehreren ungünstigen Faktoren«, beschreibt es Jüres. Er spricht von einer Häufung von Faktoren, die zusammenwirken.

Dadurch schüttet die Bauchspeicheldrüse immer mehr Insulin aus. Die Körperzellen reagieren auf den Überschuss mit Abschottung, weshalb sich Kohlenhydrate in Blut und Urin anreichern. »Das überlastet den Organismus am laufenden Band.« Folgeerkrankungen kommen hinzu, weil das Immunsystem schon geschädigt ist.

Merle-Schmitt bespricht mit Betroffenen ihren Lebensstil. Sie rät dazu zu mehr Bewegung und mehr guten Kohlenhydraten. Denn nach dem Genuss von Vollkornbrot steigt der Kohlenhydratpegel langsamer als bei Weißbrot. Und Bewegung verbraucht Glukose, das führt zur Gewichtsreduktion und verbessert den Insulinhaushalt.

Kritische Worte findet Jüres für Ernährungstrends der modernen Gesellschaft. Menschen wollten sich optimieren, aber schnell und effektiv gehe bei Ernährung nicht. Süße Geträn-

ke sorgten zudem oft für einen schnellen Anstieg des Blutzuckerspiegels, der dann schnell wieder sinkt. Weil der gesunde Lebensstil nicht so einfach zu lernen ist, ist Dr. Jüres froh über die Arbeit von Andrea Merle-Schmitt. »Dadurch haben wir im Krankenhaus gute Voraussetzungen für Patienten.«

DIABETES TYP 2

Mehr Patienten im Vogelsberg

Die Landbevölkerung ist deutlich stärker betroffen von Diabetes Typ 2, wie die AOK Hessen zu ihrer Studie schreibt. Verfasst wurde der Gesundheitsatlas vom Wissenschaftlichen Institut der AOK, zugrunde gelegt wurden Daten der gesamten Bevölkerung. Die Gründe für den Unterschied kennen die Experten der AOK nicht, wie Pressesprecher Riyad Salhi auf Anfrage dieser Zeitung sagt. Man müsste sich sehr viele Parameter in einer Region genau anschauen, auswerten und vergleichen, um einer Antwort näher zu kommen. Mit einer möglichen Überalterung der Bevölkerung hätten die Ergebnisse auch nichts zu tun. Eine Hypothese ist, »dass in ländlichen Regionen der Konsum von Nahrungsmitteln in Teilen der Bevölkerung ein gänzlich anderer ist als in urbanen Räumen«. Es müsse jedenfalls Gründe geben und genau diese wären ein Hebel, um präventive Effekte zu erzielen.



Oft kann man etwas gegen Diabetes II machen, sagen Andrea Merle-Schmitt und Torben Jüres.

FOTO: JOL