



KREIS DÜREN

Diabetes mellitus

»Zuckerkrankheit«



Gesundheit in Zahlen und Fakten

GBE für den Kreis Düren

Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit)

Mehr und mehr bildet die Versorgung chronischer Erkrankungen den Hauptbedarf der gesundheitlichen Versorgung, wenngleich ein erheblicher Teil dieser Erkrankungen vermieden werden kann. Neben Beeinträchtigungen des Herz-Kreislaufsystems und des Skelett- und Muskelapparates ist Diabetes eines der häufigsten Krankheitsbilder in der westlichen Welt, in Deutschland und natürlich auch im Kreis Düren.

Was ist Diabetes mellitus?

Diabetes (Zuckerkrankheit) ist eine Stoffwechselerkrankung, die durch erhöhte Blutzuckerwerte auf Basis einer defekten Insulinproduktion, Insulinwirkung oder einer Kombination hieraus charakterisiert ist und mit metabolischen Störungen im Kohlenhydrat- (Glukose-), Fett- und Proteinstoffwechsel einhergeht. Man unterscheidet den Typ-1-Diabetes, der sich im Allgemeinen vor dem 30. Lebensjahr klinisch manifestiert (ca. 5 - 10 % aller Diabetiker), von dem so genannten Alters- bzw. Typ-2-Diabetes, dessen Vorkommen (Prävalenz) in höheren Altersgruppen zunimmt und der mit 90 - 95 % die häufigste Form der Krankheit darstellt. Allerdings ist aktuell eine deutliche Zunahme dieser Diabetesform bei jüngeren Jahrgängen (Kinder und Jugendliche) zu verzeichnen.

Diabetes nimmt unter jungen Menschen in beängstigender Weise zu.

Wie häufig ist Diabetes?

Laut WHO gab es im Jahre 2002 weltweit 171 Millionen Diabetes-Erkrankte. Bis zum Jahre 2030 wird mit einer Verdopplung auf 366 Millionen gerechnet. Speziell für Deutschland gibt es keine Registrierung der Erkrankungsfälle an Diabetes mellitus. Die häufig genannte Zahl von ca. vier Millionen Diabetikern in Deutschland beruht auf Schätzungen verschiedener deutscher Quellen und auf einer Übertragung von Untersuchungen aus anderen Ländern, wonach von einer Diabetes-Häufigkeit von 7-8 % unter der deutschen Erwachsenenbevölkerung (25 –80 Jahre) ausgegangen werden kann.

Die Hälfte aller Zuckerkranken bleibt lange Jahre unentdeckt.

In einer Befragung im Rahmen des Bundesgesundheits surveys von 1998 gaben 5,6 % der Frauen und 4,7 % der Männer an, dass sie an Diabetes mellitus erkrankt sind.

Das die Befragungsergebnisse des Surveys und die vorangehenden Abschätzungen deutlich variieren, erklärt sich daraus, dass der Typ-2-Diabetes nach internationalen Untersuchungen in bis zu 50 % der Fälle über lange Jahre (auch für die Betroffenen) unentdeckt bleibt und oft erst im Rahmen einer Routine-Laboruntersuchung erkannt wird. Dies legt nahe, dass die tatsächliche Zahl der Diabetes-Erkrankten deutlich über dem Survey-Ergebnis liegt. Das Deutsche Diabetes-Zentrum (Leibniz-Zentrum an der Heinrich-Heine-Universität, Düsseldorf) geht sogar von 6,3 Millionen Diabetes-Erkrankten in der BRD aus.

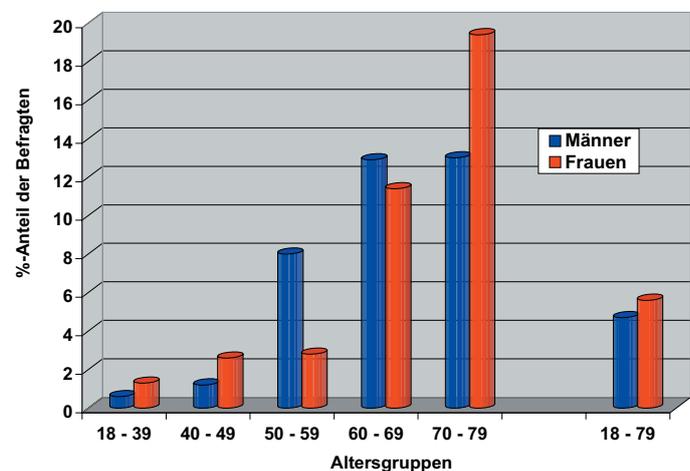


Abbildung 1: Diabetes mellitus (E10 - E14, ICD-10) in Deutschland, Bundesgesundheits survey 1998 (in % der Befragten, gewichtet nach Bevölkerungsstruktur)

Überträgt man die Ergebnisse des Bundesgesundheits surveys von 1998 auf den Kreis Düren, so ergeben sich für diese Region ca. **10.000** Diabetes mellitus – Betroffene. Allerdings muss auch hier von deutlich mehr tatsächlichen Fällen ausgegangen werden.

Die hohe Zahl an unentdeckten Fällen erschwert die exakte Erfassung der tatsächlichen Diabetes-Häufigkeiten. Viel gravierender ist jedoch, dass ein nicht erkannter Diabetes mellitus nicht rechtzeitig behandelt werden kann und somit zu einer Vielzahl an vermeidbaren Folgeschäden führt.

Was sind die Ursachen für Diabetes?

Im Stoffwechsel begründete Ursachen von Diabetes mellitus Typ 2 sind Störungen der

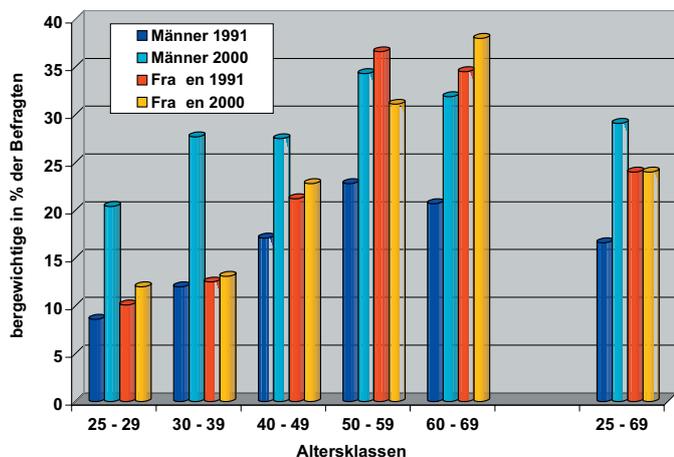


Abb. 2: Anteil von übergewichtigen Männern und Frauen, Vergleich Gesundheitssurveys NRW 1991 & 2000, (Body Mass Index >= 29 kg/qm)

Insulinausschüttung und eine mangelnde Insulinwirkung in den Zielgeweben (Muskel, Leber, Fettgewebe). Als ursächlich sind jedoch neben einer genetischen Disposition und einer Zunahme mit dem Lebensalter, vor allem die **Risikofaktoren**: Bewegungsmangel, fett-/kalorienreiche Ernährung und Adipositas zu sehen. Die folgende Darstellung zeigt, dass circa ein Viertel der NRW-Bevölkerung übergewichtig ist und das zwischen den Jahren 1991 und 2000 insbesondere bei jüngeren Männern eine deutliche Zunahme der Übergewichtigen in der Bevölkerung zu verzeichnen ist.

Bewegung und richtige Ernährung reduziert Diabetes

Ernährungs- und Bewegungsdefizite bei Kindern und Jugendlichen sind als Grundsteinlegung für ein späteres Diabetesrisiko zu sehen. Unter den teilnehmenden Kindern der

Schuleingangsuntersuchung im Kreis Düren von 2003 waren 8,4 % der Einschüler/innen übergewichtig oder adipös. Im gleichen Jahr untersuchte Entlassschüler/innen wiesen bereits einen Anteil von 22,6 % auf, der über dem Normalgewicht lag.

Was sind die Folgen?

Die hohen Blutzuckerkonzentrationen (Hyperglykämie) scheinen die Ursache für Folgeschäden verschiedener Art zu sein. Diabetes mellitus ist verantwortlich – insbesondere wenn er nicht erkannt wird- für Schäden an Nieren, Augen, Nerven, Gefäßen und anderen Körpergeweben. Diabetische Fußgeschwüre sind ein häufiger Grund für eine Krankenhauseinweisung von Diabetikern, die ein 15- bis 20fach erhöhtes Risiko für eine Amputation haben. Diabetes ist der häufigste Grund für eine Polyneuropathie (Nervenerkrankung); 50 % aller Diabetiker werden innerhalb eines Zeitraumes von 25 Jahren davon betroffen. Die diabetische Nephropathie ist der häufigste Grund für das Endstadium einer Nierenerkrankung. 59% aller Patienten mit Dialysepflicht sind Diabetiker. Weiterhin steht Diabetes an der Spitze der Ursachen für eine Erblindung im Erwachsenenalter zwischen 20 und 74 Jahren. Erkrankte Männer weisen ein 5,9-fach, erkrankte Frauen ein 3,7-fach erhöhtes Risiko auf, einen Herzinfarkt zu erleiden. Dies mündet darin, dass ca. 80 % aller Zuckerkranken an einem Herzinfarkt versterben. Diabetische Patienten sind im Vergleich mit Personen ohne Diabetes häufiger zu einem Krankenhausaufenthalt gezwungen, verbleiben dort durchschnittlich länger und haben häufigere ambulante Arztkontakte. Letztendlich führt Diabetes mellitus

Diabetes verhindern und behandeln heißt Amputation, Blindheit und Niereninsuffizienz verhindern

Werden sie dicker und dicker und ...?

Zum Zeitpunkt der Schuleingangsuntersuchung 2003 sind 4,7 Prozent der Kinder im Kreis Düren übergewichtig und 3,7 Prozent gelten nach dem Body-mass-Index* als adipös. Bei den Entlassschülern des gleichen Jahres sind bereits 10 Prozent übergewichtig und sogar 12,6 Prozent sind adipös.



(*Referenzwerte der Deutschen Adipositasgesellschaft 2000 (AGA), alle Angaben in Prozent)

Quelle: SEU 2003, Kreis Düren (N = 3.301/828) © Iögd, Bielefeld

Abb. 3: Werden sie dicker und dicker...?

Diabetes, Risikoerhöhung für Folgekrankheiten

Tab.: Risikoerhöhung für Folgekrankheiten des Diabetes

Krankheit	Erkrankungsrisiko für Diabetiker
Erblindung	10 - 25
Durchblutungsstörungen - des Herzens	15 - 20
- der Gliedmaßen	2 - 6
Schlaganfall	20 - 35
chronisches Nierenversagen	2 - 3
	15 - 20

Quelle: Gesundheitsbericht für Deutschland 1998
Das durchschnittliche Erkrankungsrisiko in der Bevölkerung beträgt 1.

Typ1 und 2 zu einem Verlust von 6-7 Lebensjahren gegenüber Nichtdiabetikern.

Wenngleich die tatsächlichen Diabetes-Erkrankungen schwer zu beziffern sind, zeigt sich doch, dass diese Erkrankung einen zunehmenden Bedarf an stationärer Versorgung beansprucht. Die Fälle in Krankenhäusern im Kreis Düren weisen für den dargestellten Zeitraum von 1994 – 2001 eine deutliche Zunahme auf. Dieser Anstieg wird wesentlich durch an Diabetes erkrankte Männer verursacht.

Während bei Patienten mit einem Diabetes Typ 1 Komplikationen im Vordergrund stehen, die kleine Blutgefäße betreffen (Mikroangiopathie; verursacht Erkrankung von Nieren, Augen und Nerven), sind es beim Typ 2 vor allem die Auswirkungen auf größere Gefäße (Makroangiopathie) die verschiedene Krankheiten, wie koronare Herzkrankheit, Schlaganfall oder periphere Gefäßerkrankungen bedingen.

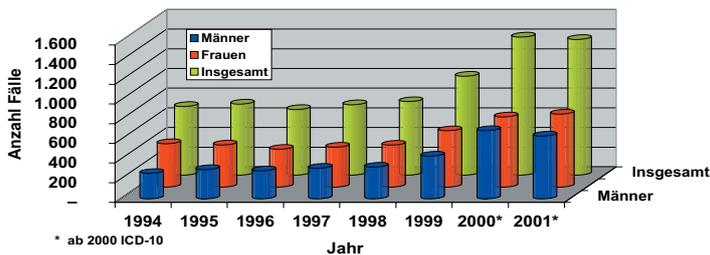


Abb. 4: Diabetes mellitus-Krankenhausfälle im Kreis Düren, 1994-2001, absolut
Quelle: GBE-Stat 2000, V.01.2004

Wie kann Diabetes verhindert und behandelt werden?

Zur **Vorbeugung** von Diabetes mellitus Typ 2 gilt es die Risikofaktoren: Adipositas, Bewegungsmangel und Überernährung durch angepasste Nahrungsmittel, -mengen und körperliche Aktivität zu vermeiden bzw. durch **Gewichtsreduktion, Steigerung körperlicher Aktivität** und **hypokalorische** vor allem **fettreduzierte Ernährung** zu reduzieren. Dies sollte bereits für Kinder und Jugendliche berücksichtigt werden, um keine riskanten Verhaltens- und Ernährungsmuster zu etablieren.

Die besonders beim Typ 2 entscheidenden Faktoren Übergewicht/Adipositas, Bluthochdruck und zu hohe Fettwerte müssen be-

kämpft werden, um z. B. das bei Diabetikern deutlich erhöhte Risiko von Herz-Kreislauf-Krankheiten zu reduzieren. Eine besondere Bedeutung kommt dabei der Adipositas zu, da sie sowohl als eigenständiger Risikofaktor für Herz-Kreislaufferkrankungen wirkt als auch den Weg bereitet für den Diabetes, für Bluthochdruck und Hyperlipidämie.

Ein konkretes Beispiel, wie frühzeitig Übergewicht und damit auch dem Risiko an Diabetes zu erkranken, vorgebeugt werden kann, zeigt eine Studie aus Berlin. Hier wurden Schulkinder (1.-6. Klassen) von normalen und sportbetonten Schulen miteinander verglichen. Ab der 2. Klasse weisen die sportbetonten Schulen einen deutlich geringeren Anteil an übergewichtigen oder adipösen Schüler/innen auf.

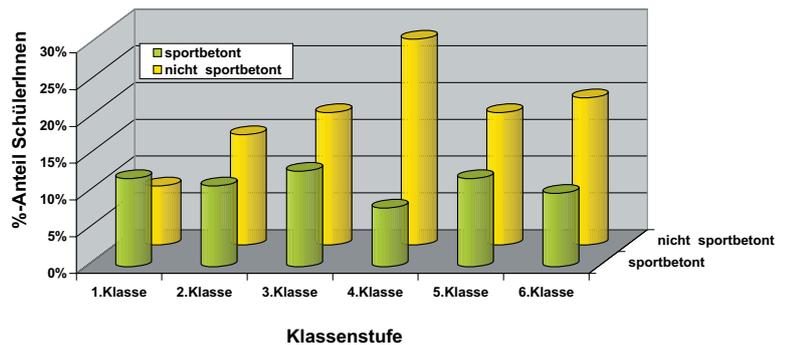


Abb. 5: Anteil übergewichtige und adipöse Kinder in sportbetonten und nicht sportbetonten Klassen 1-6
Quelle: Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin, 9/2003

Zur **Vermeidung von Folgeerkrankungen** ist ein **rechtzeitiges Erkennen** und somit ein **rechtzeitiger Therapieansatz** ebenso nötig wie die **konsequente Einhaltung** der Therapie und eine **intensive Schulung** des Patienten, u. a. zur Selbstkontrolle. Diese Maßnahmen sind wichtig, da eine gute Stoffwechseleinstellung das (Nicht-)Auftreten und die Entwicklung von Sekundärschäden maßgeblich bestimmt. Eine Blutzuckereinstellung ist Prophylaxe von Folgeschäden wie dem Fortschreiten von Augenerkrankungen, Erblindung, Niereninsuffizienz, Zuckerbein und Amputation.

Im Kreis Düren sind verschiedene Einrichtungen vorhanden, die sich speziell mit Diabetes befassen und die Patienten mit verschiedenen Angeboten unterstützen.

Rechtzeitiges Erkennen und Behandeln von Diabetes reduziert Erblindung und Dialyse

Versorgungsstrukturen des Diabetes im Kreis Düren

ersorgungsstrukturen des Diabetes im Kreis Düren

Institution	Erläuterung	Kontakt
DHA (-diabetologisch geschulte (koordinierende) Hausärzte/innen)	Diabetes-Fortbildung des Praxisinhabers und des Personals, Teilnahme an Qualitätszirkeln	Kassenärztliche Vereinigung Nordrhein (KVNO) Tersteegenstr. 9 40474 Düsseldorf Tel: 0211 / 590700 Fax: (02 11) 59 70-81 00 e mail: patienteninformationsdienst@kvno.de www.kvno.de
Schwerpunktpraxen/ Fußambulanz	Begleitung kritischer Phasen der Diabetes-Erkrankung, Anerkennung durch die KVNO	
Nephrologen	qualifizierte Versorgung der diabetologischen Niere	
Qualitätszirkel	regionales Fortbildungsinstrument für die DHAs durch die Ärzte/innen der Schwerpunktpraxen	
Schulungsverein	Fortbildungsangebot an die Patienten/innen zum qualifizierten Umgang mit ihrer Erkrankung	
Podologen/innen	qualifizierte Versorgung des diabetischen Fußes	Deutscher Podologenverband Kilianstr.39 33142 Büren Tel: 02951/ 932500 www.podologen.de
Selbsthilfe	Unterstützung der Betroffenen und ihrer Angehörigen	der Paritätische Paradiesbenden 24 52349 Düren Tel: 02421/ 489211 02461/ 981001

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an:

Geschäftsstelle Kommunale
 Gesundheitskonferenz
 Gesundheitsamt Kreis Düren
 Bismarckstr. 16, 52351 Düren
 Tel.: 02421-222422/ -222423
 FAX: 02421-222587
 e mail: n.savelsberg@kreis-dueren.de
 e mail: d.philippsen@kreis-dueren.de

Diabetes mellitus Typ 2 (erworbene Form der Zuckerkrankheit) ist eine der wesentlichen Zivilisationskrankheiten der westlichen Welt. Diabetes führt durch die Störung des Blutzuckerstoffwechsels zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Nierenschäden, Augenschäden oder gar zur Amputation von Gliedmaßen. Hauptursachen für diese chronische Erkrankung des Stoffwechsels sind Bewegungsmangel und falsche bzw. übermäßige Ernährung. Beide Faktoren führen bereits bei vielen Kindern zu Übergewicht und damit zu einem erhöhten Diabetes-Risiko. Daher gilt insbesondere für Kinder: Eine gesunde, ausgewogene Ernährung und Bewegung im Alltag / oder als Sport sind die besten Präventionsmaßnahmen für Diabetes mellitus.

Impressum:

Redaktion:
Geschäftsstelle Kommunale
Gesundheitskonferenz
Arbeitskreis Diabetes der
Gesundheitskonferenz des
Kreises Düren
Gesundheitsamt Kreis Düren
Bismarckstr. 16,
52351 Düren

Druck und Layout:
lögd Bielefeld
Landesinstitut für den Öffentlichen
Gesundheitsdienst, NRW
www.loegd.nrw.de
März 2005