

Im Anfangsstadium hilft Gewichtsabnahme immens

Über aktuelle und künftige Diabetestherapien informiert Dr. Michael Eckhard in der Sonntagsvorlesung am GZW / Auf bewusste und ausgewogene Ernährung achten

WETTERAUKREIS (red). Diabetes ist eine Volkskrankheit. Etwa acht Millionen Menschen in Deutschland leiden an Diabetes mellitus, rund 90 Prozent an Typ-2, etwa fünf Prozent an Typ-1. Hinsichtlich ihrer Diagnostik und Therapie gibt es immer wieder wichtige Neuigkeiten. Diese waren Themen der jüngsten Sonntagsvorlesung am GZW, in der Referent Dr. Michael Eckhard, Chefarzt der GZW-Diabetes-Klinik Bad Nauheim, die Chancen und Möglichkeiten der zeitgemäßen und leitliniengerechten Diabetesbehandlung erläuterte und zugleich einen Ausblick in die mittelfristige Zukunft wagte.

„Diabetes im Anfangsstadium macht meist keine Beschwerden“, betonte Eckhard und skizzierte damit eines der gravierendsten Probleme der meisten Diabetespatienten. Weil zu Beginn der

Erkrankung kaum Symptome verspürt werden, sind bei Diagnosestellung bei jedem zweiten Patienten bereits Folgeerkrankungen zu konstatieren. „Lassen Sie Ihren Blutzucker regelmäßig kontrollieren, und zwar nicht nur den momentanen, sondern auch den Langzeitwert“, ermunterte er seine Zuhörer und richtete sich dabei an alle, die zwar noch keinen Diabetes, aber ein sehr hohes Risiko dafür hätten.

Mit der Diagnose sollte möglichst umgehend ein Diabetologe konsultiert werden. Dort erhalte der Patient die bestmögliche Hilfe zur Selbsthilfe, die bestmögliche Motivation, eine zeitnahe strukturierte Schulung und eine am persönlichen Bedarf orientierte und optimierte Therapie. Diabetes sei nicht gleich Diabetes, so Eckhard weiter. Bei Erstmanifestation eines Diabetes im



Michael Eckhard

zum Engagement eine wichtige Rolle. Gemeinsam mit dem Patienten und orientiert an seinen speziellen Bedürfnissen werde ein individueller Therapieplan einschließlich Managementplan erstellt und unter fortlaufender Beobachtung des Therapiefortschritts evaluiert und angepasst. Die weitere

Erwachsenenalter sollte einmal zu Beginn eine klare Abklärung des Diabetes-Typs erfolgen. Daneben spielten Begleiterkrankungen, die familiäre Risikokonstellation und auch die persönliche Motivation und Bereitschaft

Behandlung könne und solle dann gerne beim Hausarzt stattfinden.

Auf der Basis aktueller Studien berichtete Eckhard von einem hohen Wirkungsgrad einer Gewichtsabnahme vor allem in den ersten Jahren der Diabeteserkrankung. Statistisch hätten bis zu acht von zehn stark übergewichtigen Patienten die Chance, ihren Diabetes nochmals wieder loszuwerden, wenn sie entsprechend wirksam an Gewicht abnehmen.

In Zukunft würden „smarte“ Insuline und Techniken entwickelt, kündigte der Referent an. Digitale Mess-Systeme mit modernster Sensortechnik würden vielen Patienten den Alltag erleichtern, könnten teilweise den Glukosewert selbstständig überwachen und längere Zeit im Zielbereich halten. Das werde die Versorgung von Menschen mit Dia-

betes aller Typen deutlich verbessern. In die Entwicklung künstlicher Intelligenz für den Gesundheitsmarkt werde im Jahr 2021 Schätzungen zufolge eine unglaubliche Summe von 6,6 Billionen Euro investiert werden.

Bis dahin, so Eckhard abschließend, gelte für alle Patienten mit Diabetes oder einem hohen Diabetes-Risiko die Empfehlung, frühzeitig Stoffwechselveränderungen zu erkennen, um so früh wie möglich und so wirksam wie nötig die Therapiemaßnahmen einleiten zu können. Allen Entwicklungen zum Trotz werde aber wohl auch 2028 noch gelten, was für alle Menschen – mit und ohne Diabetes – wichtige Empfehlungen sind: „Achten Sie auf eine bewusste und ausgewogene Ernährung und seien Sie um einen aktiven Lebensstil bemüht.“ *Foto: Rohde*