

## **Auch „ein bisschen Zucker“ muss behandelt werden**

Kompetente Behandlung von Anfang an

Auch scheinbar leichte Diabetesfälle müssen so früh wie möglich behandelt werden. Das betont der Berufsverband der diabetologischen Schwerpunktpraxen in Nordrhein (BdSN). „Viele Diabetiker meinen, ‚mit dem bisschen Zucker‘ den sie haben, bräuchten sie nicht zum Diabetologen zu gehen. Doch ‚ein bisschen Zucker‘ gibt es nicht. Jede Diabetes-Erkrankung muss von Anfang an kompetent behandelt werden“, unterstreicht Dr. Ulrich Nühlen aus dem Vorstand des BdSN. „Diese notwendige kompetente Behandlung ist nur möglich, wenn der Patient von Anfang an von einem Team aus diabetologisch versiertem Hausarzt und Diabetologen im Rahmen eines Disease-Management-Programmes (DMP) betreut wird“, so Dr. Nühlen weiter. „Die dauerhafte Behandlung kann und soll der Hausarzt im DMP durchführen, eine umfassende, spezialisierte Erfahrung im Umgang mit Diabetes und ein umfangreiches Schulungsprogramm bieten die diabetologischen Schwerpunktpraxen an.

### **Schulungen helfen Patienten im Umgang mit Diabetes**

Die Diabetologen machen immer wieder die Erfahrung, dass nicht nur neu erkrankte Diabetiker ihre Situation unterschätzen. „Da Diabetes am Anfang keine Beschwerden verursacht, glauben unsere Patienten häufig, sie könnten ihre Erkrankung einfach ignorieren“, führt Dr. Nühlen aus. Richtig ist, dass Diabetes immer so früh wie möglich behandelt werden muss, da sich nur auf diese Weise Folgeerkrankungen wie Herzinfarkte, Schlaganfälle, Nieren- oder Augenschädigungen sowie frühzeitige Todesfälle verhindern lassen. Zu der Behandlung gehören von Anfang an ein intensives Training und die Gabe von Medikamenten. Weltweit wird dabei als Medikament der ersten Wahl Metformin eingesetzt.

Das Basistraining für neu diagnostizierte Diabetiker bietet die Hausarztpraxis im DMP an. Spezialisierte, auf bestimmte Patientengruppen abgestimmte Schulungen, erfolgen in der diabetologischen Schwerpunktpraxis. Die Betroffenen lernen dort, wie sie mit ihrer Erkrankung umgehen können, ohne an Lebensqualität zu verlieren. Dabei werden sowohl unterschiedliche Lebensmittel und deren Auswirkungen auf den Blutzucker besprochen, als auch Möglichkeiten, durch mehr Bewegung dem Körper etwas Gutes zu tun. „Es geht da um kleine Veränderungen, mit denen man schon viel erreichen kann. Jeden Tag ein ganz normaler Spaziergang, vielleicht eine halbe Stunde lang, genügt, um Stoffwechsel und Durchblutung anzuregen“, erklärt Dr. Nühlen. Da solche Verhaltensänderungen jedoch häufig sehr schwierig umzusetzen sind, ist ein Gruppentraining unverzichtbar.

### **Betreuung durch Hausarzt und Diabetologen**

Um einen Diabetes rechtzeitig feststellen zu können, empfiehlt es sich, den routinemäßigen sogenannten „Gesundheits-Check-up“ in Anspruch zu nehmen, den gesetzlich Versicherte ab ihrem 35. Geburtstag alle zwei Jahre kostenlos durchführen lassen können. „Im Rahmen dieses Check-ups kann der Hausarzt bereits einen Prädiabetes feststellen, also eine Vorstufe des Diabetes, die aber noch kein richtiger Diabetes ist“, erklärt Dr. Nühlen. In diesem Stadium haben die Patienten noch die Chance, den Ausbruch der Krankheit zu verhindern. Wie die Behandlung im konkreten Einzelfall aussieht, kann man natürlich nicht pauschal sagen. Was aber für alle Diabetiker gilt, ist, dass diese Erkrankung möglichst frühzeitig und kontinuierlich behandelt werden muss. Das gilt auch für scheinbar ‚leichte‘ Diabetes-Fälle,“ fasst Dr. Nühlen zusammen.

### **Hintergrund: Der BdSN**

Im Berufsverband der diabetologischen Schwerpunktpraxen in Nordrhein (BdSN) haben sich über 100 niedergelassene Diabetologen organisiert und die bisherige positive Entwicklung in der Betreuung von Diabetes-Patienten mitgestaltet. Ziel ist es, die ambulante Versorgung Diabeteskranker weiter zu verbessern.

### **BdSN-Pressbüro**

Ziegs Kuchel Müller Communication Service, Regina Hamacher

Telefon 0221/50 29 46-45, Fax -49, E-Mail [r.hamacher@zkm-koeln.de](mailto:r.hamacher@zkm-koeln.de)