

Diagnose

Diabetes mellitus Typ 2?

Was heißt das jetzt für Sie?

Vorab sollten Sie erstmal verstehen, was Diabetes mellitus Typ 2 ist.

Diabetes mellitus Typ 2 ist eine lebenslange Krankheit die nicht weh tut, aber ernst ist. Der Körper kann den Zucker aus dem Essen und Trinken nicht richtig in die Zellen aufnehmen.

Deshalb bleibt zu viel Zucker im Blut. Der Blutzuckerwert ist also zu hoch. Bei gesunden Menschen liegt der Blutzucker zwischen 80-120 mg/dl. Bei gesunden Menschen hilft das Hormon Insulin, den Zucker aus dem Blut in die Zellen zu bringen. Bei Diabetes mellitus Typ 2 wirkt das körpereigene Insulin nicht richtig, das heißt, der Körper bekommt nicht allen Zucker in die Zelle. Wird der Diabetes mellitus nicht ernst genommen, kann er Folgeschäden im Körper verursachen. Mit guter Behandlung können Sie lange und gesund leben.

Wie bemerkt man den Diabetes Typ 2?

Am Anfang gibt es oft keine Beschwerden. Trotzdem kann der Zucker im Blut schon hoch sein. Manchmal bemerkt man:

- häufigen Durst
- häufiges Wasserlassen
- Müdigkeit und Schwäche
- trockene Haut
- schlecht heilende Wunden
- verschwommenes Sehen
- häufige Infekte



Was kann passieren, wenn Sie nichts tun?

Dauerhaft zu viel Zucker im Blut kann zu Folgeschäden führen:

- Schäden an Augen, Nieren oder Nerven
- Herzinfarkt oder Schlaganfall
- Wunden an den Füßen

Was hilft dagegen?

Ihren Diabetes mellitus Typ 2 kann man gut behandeln, aber nicht heilen.

- Gesunde Ernährung: viel Gemüse, Vollkornprodukte, wenig Haushaltszucker und Fett
- Regelmäßige Bewegung: mind. 180 Min. in der Woche
- Übergewicht reduzieren
- Rauchstopp
- Medikamente oder Insulin, wenn der Arzt das empfiehlt, regelmäßig einnehmen oder spritzen





Welche Medikamente zur Behandlung des Diabetes Mellitus Typ 2 gibt es?

Metformin:

- Wirkung: verbessert die körpereigene Insulinwirkung, günstige Wirkung auf den Stoffwechsel, hemmt die Zuckerproduktion der Leber
- Einnahme: ein- oder zweimal täglich beim Essen
- Nebenwirkungen: kann Magen-/Darmbeschwerden hervorrufen
- Vor OP/ Kontrastmitteluntersuchung muss Metformin pausiert werden (min. 1 Tag vorher)

SGLT2-Hemmer (z.B. Forxiga®, Jardiance®):

- Wirkung: verstärkte Zuckerausscheidung über den Urin, positiver Effekt auf das Gewicht, Flüssigkeitszufuhr muss berücksichtigt werden
- Einnahme: einmal täglich, mahlzeitenunabhängig
- Nebenwirkung: Harnwegsinfekte, Pilzinfektion
- Bei Übelkeit, Erbrechen, Infektanzeichen: Absetzen, viel trinken, Arztkontakt

DPP4-Hemmer (z.B. Januvia®, Galvus®, Onglyza®, Xelevia®, Vipida®):

- Wirkung: sorgen für eine kurzfristige, mahlzeitenabhängige Erhöhung der körpereigenen Insulinproduktion
- Einnahme: zum Essen (einmal täglich)
- Nebenwirkungen: Magen-Darmbeschwerden

GLP-1-Analoga (z.B. Victoza®, Byetta®, Bydureon®, Trulicity®, Ozempic®, Mounjaro®)

- Wirkung: ahmen die Wirkung des Darmhormons GLP-1 nach, das beim Essen freigesetzt wird und die Insulinproduktion anregt, verlangsamt die Magenentleerung und führt zu einem frühen Sättigungsgefühl
- Einnahme: Je nach Präparat einmal täglich oder einmal wöchentlich
- Nebenwirkungen: Magen-/Darmbeschwerden



Ein Informationsblatt des Diabetes-Zentrums Quakenbrück

Diabetes - Zentrum Quakenbrück

Fachabteilung für Diabetes und Stoffwechselkrankheiten
am Christlichen Krankenhaus

Diabetes Exzellenz-Zentrum DDG

Akademisches Lehrkrankenhaus der European Medical School Oldenburg

Chefarzt Dr. med. Florian Thienel

Facharzt für Innere Medizin, Diabetologie, Diabetologe DDG

Danziger Straße 2, 49610 Quakenbrück

Tel: 05431-15 2830 / Sekretariat: 05431-15 2831 / Fax: 05431-15 2833

E-mail: diabetes@ckq-gmbh.de / Internet: www.diabeteszentrum-quakenbrueck.de