

Diabetes > Allgemeines

Inhaltsverzeichnis [\[Verbergen\]](#)

- [1. Kurzinfo zur Krankheit](#)
- [2. Vorbeugung](#)
- [3. Auslösende Faktoren für Diabetes](#)
- [4. Anzeichen für Diabetes Typ 1](#)
- [5. Anzeichen für Diabetes Typ 2](#)
- [6. Spätfolgen eines schlecht eingestellten Diabetes](#)
- [7. Verwandte Links](#)

1. Kurzinfo zur Krankheit

Diabetes mellitus ist eine chronische Stoffwechselerkrankung, die auf einem absoluten oder relativen Mangel an Insulin beruht und in deren Folge, meist erst nach längerer Krankheitsdauer, Blutgefäße und Nervensystem geschädigt werden können.

Man unterscheidet in 4 Diabetes- Hauptgruppen, wobei die häufigste Form der Diabetes Typ 2 ist (ca. 80-90 % der Patienten).

- **Typ 1** äußert sich durch einen absoluten Insulinmangel. Die höchste Neuerkrankungsrate liegt bei Jugendlichen ab etwa 13 Jahren, deswegen wurde er früher auch als juveniler Diabetes bezeichnet.
- **Typ 2** beruht auf einer gestörten Insulinbildung und einer verminderten Insulinwirkung. Früher wurde er als Altersdiabetes bezeichnet, da er sich meist erst ab 40 Jahren manifestiert. Auslösende Faktoren sind fettreiche Kost, Übergewicht und Bewegungsmangel, aber es gibt auch Hinweise auf eine genetische Vorbelastung.
- **Gestationsdiabetes** ist ein erstmals während der Schwangerschaft aufgetretener Diabetes, der nach der Schwangerschaft wieder verschwinden kann. Nach Gestationsdiabetes besteht ein erhöhtes Risiko für ein erneutes Auftreten der Erkrankung.
- Andere spezifische Diabetestypen
 - Genetische Defekte der Beta- Zellfunktion
 - Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse, z.B. Entzündung, Tumor
 - Endokrine Erkrankungen, z.B. Cushing- Syndrom
 - Medikamenteninduzierter Diabetes, z.B. durch Steroide
 - Infektionen, kongenitale Röteln
 - Andere seltene genetische Syndrome

2. Vorbeugung

Gegen Diabetes **Typ 1** gibt es bisher keine wirksamen Vorbeugungsmaßnahmen, allerdings laufen weltweit intensive Forschungsprogramme, um die Erkrankung in einer Frühphase zu unterdrücken.

Den Ausbruch des **Typ 2** kann man durch verschiedene Faktoren beeinflussen, in der Frühphase gut behandeln und damit die Verschlimmerung verzögern.

Vorbeugend wirken:

- Gesunde Ernährung
- Gewichtsabnahme
- Verstärkte körperliche Aktivitäten

Der Verlauf von Diabetes Typ 2 ist meist schleichend und wird oft erst lange Zeit nach Auftreten der Erkrankung diagnostiziert. Das hat zur Folge, dass sich bereits bei der Diagnoseerhebung Zeichen von Spätschäden finden. Eine rechtzeitige Behandlung mindert das Risiko diabetisch bedingter Begleitkrankheiten (z.B. Retinopathie) und Spätschäden. Deshalb ist es sinnvoll, ab dem 35. Geburtstag alle 2 Jahre die Früherkennungsuntersuchung wahrzunehmen. Die Untersuchung (Check up 35) wird von der Krankenkasse übernommen.

Details unter [Früherkennungen von Krankheiten](#).

Gegen Schwangerschaftsdiabetes gibt es noch keine wirksamen prophylaktischen Maßnahmen. Bei Vorliegen der Diabetes- Risikofaktoren kann in der 24. bis 28. Schwangerschaftswoche ein spezieller Blutzuckertest durchgeführt werden.

3. Auslösende Faktoren für Diabetes

- Genetische Veranlagung
- Virusinfektionen
- Fehlsteuerung des Immunsystems
- Übergewicht
- Fehlernährung
- Bewegungsmangel
- Bluthochdruck
- höheres Lebensalter
- Rauchen
- Hormonumstellung

4. Anzeichen für Diabetes Typ 1

Durch den absoluten Insulinmangel treten die Symptome bei Diabetes Typ 1 meist sehr akut auf:

- häufiges Wasserlassen
- starker Durst
- Gewichtsabnahme
- Abgeschlagenheit
- verminderte Leistungsfähigkeit
- Infektionsanfälligkeit
- schlechte Wundheilung
- Wadenkrämpfe
- Sehstörungen
- Juckreiz
- Acetongeruch aus Atemluft

5. Anzeichen für Diabetes Typ 2

Diabetes Typ 2 verläuft meist schleichend, über Jahre hinweg und macht sich oft erst durch die Folgeerkrankungen bemerkbar. Anzeichen sind:

- häufiges Wasserlassen

- starker Durst
- Antriebsarmut
- anhaltende Müdigkeit
- anhaltendes Übergewicht
- schlechte Wundheilung
- Infektionsanfälligkeit

6. Spätfolgen eines schlecht eingestellten Diabetes

- Durchblutungsstörungen an Beinen, Herz und Gehirn
- Netzhautschädigung am Auge
- Nierenschaden. Siehe auch [Nierenerkrankungen > Allgemeines](#)
- diabetische Nervenentzündung mit Schmerzen bis Verlust der Schmerzempfindung
- diabetischer Fuß

7. Verwandte Links

[Diabetes](#)

[Diabetes > Autofahren](#)

[Diabetes > Beruf](#)

[Diabetischer Fuß](#)

[Diabetes > Erektile Dysfunktion](#)

[Diabetes > Ernährung](#)

[Diabetes > Familie](#)

[Diabetes > Finanzielle Hilfen](#)

[Diabetes > Hilfsmittel](#)

[Diabetes > Kinder](#)

[Diabetes > Medizinische Rehabilitation](#)

[Diabetes > Schwerbehinderung](#)

[Diabetes > Sport](#)

[Diabetes > Urlaub](#)

[Diabetes > Verhaltenstipps](#)

Letzte Aktualisierung am 09.07.2009

Redakteur/ in: Manfred Hägele

© 2009 [beta Institut](#) gemeinnützige GmbH | [Kontakt](#) | [Impressum](#)