

## „Diabetes Typ F“: Lebenspartner tragen die chronische Erkrankung mit: Diabetes ist Belastungsprobe für die Partnerschaft

Diabetes mellitus bestimmt den Alltag der Betroffenen, aber auch den ihrer engsten Angehörigen wie Lebens- und Ehepartner. Denn die chronische Stoffwechselerkrankung erfordert ein Leben lang Aufmerksamkeit an 365 Tagen im Jahr. Menschen mit Diabetes Typ 1 müssen mehrmals täglich ihren Blutzucker kontrollieren, Insulin spritzen und den Kohlenhydratgehalt ihrer Mahlzeiten berechnen. Bei Diabetes Typ 2 steht die Medikamenteneinnahme kombiniert mit Therapie-begleitenden Maßnahmen wie Sport und gegebenenfalls eine Ernährungsumstellung im Vordergrund.

Die Partner nehmen daran häufig großen Anteil, unterstützen, motivieren und tragen die Last von Unterzuckerungen oder Folgeerkrankungen mit, wie auch die DAWN2-Studie zeigte. Manche Menschen mit Diabetes sprechen gar von einer Art „Dreiecksbeziehung“, die sie gemeinsam mit ihren Liebsten und dem Diabetes führen. Diese kann eine große Belastungsprobe sein.

### Eine Person mit „Diabetes Typ F“ ist ein Freund oder familiärer Angehöriger eines an Diabetes mellitus erkrankten Menschen.

Die Bezeichnung drückt aus, wie sehr sie sich mit dem ihnen nahestehenden Betroffenen und seiner Stoffwechselerkrankung identifizieren. Das trifft besonders auf die Lebens- und Ehepartner zu.

„Das gemeinsame Leben mit Diabetes kann sowohl positive als auch negative Aspekte haben“, sagt Professor Dr. med. Thomas Haak, Vorstandsmitglied von diabetesDE und Chefarzt des Diabetes Zentrums Mergentheim. „Manche Paare nehmen die Erkrankung zum Anlass, gemeinsam einen gesünderen Lebenswandel einzuschlagen und mehr auf Ernährung und Bewegung zu achten.“ Davon profitieren beide, so manches Paar entdeckt dabei neue Hobbies wie Paartanz oder Wandern.

Im Rahmen der lebenslang notwendigen Therapie können sich aber auch Sorgen und Konflikte ergeben. Manche Menschen mit Diabetes wünschen sich vom Partner mehr Unterstützung in Sachen Krankheitsmanagement. Nicht selten sei aber auch das Gegenteil der Fall, erläutert Professor Haak: „Stoffwechselfunde Partner können Menschen mit Diabetes mit zu viel Fürsorge erdrücken und regelrecht bevormunden.“ Der klassische Stoff für Beziehungsstoff. Wenn Depressionen oder andere Begleit- und Folgeerkrankungen auftreten, betrifft der Umgang damit ebenfalls beide und kann zur Zerreißprobe für die gemeinsame Zukunft werden.

„Offene Kommunikation und die Bereitschaft, aufeinander zuzugehen, sind die Schlüssel, um solche krisenhaften Phasen in einer Lebensgemeinschaft zu bewältigen“, erklärt Professor Haak. Wer den Partner an seiner Krankheit beteiligt, ihm erklärt, wie viel Selbstbestimmung oder Fürsorge er sich wünscht, schafft gute Voraussetzungen für eine entspannte Beziehung. Gleiches gilt für den gesunden Partner.

Auch über das Thema Sexualität sollten Paare offen miteinander sprechen. Denn Männer und Frauen mit Diabetes können an sexueller Unlust oder Impotenz leiden. So können durch die Krankheit geschädigte Nerven zum Beispiel für eine erektile Dysfunktion beim Mann verantwortlich sein.

Frauen mit Diabetes haben beim Sex mitunter Schmerzen, weil sie unter trockenen Schleimhäuten und Entzündungen im Genitalbereich leiden.

Professor Haak betont: „Menschen mit Diabetes und ihre Partner sollten sich nicht scheuen, ihren Diabetologen mit einzubeziehen, wenn sie krankheitsbedingte Sorgen haben. Für manche sexuelle Störung zum Beispiel gibt es wirksame Behandlungsmethoden und manch ein Beziehungsknoten löst sich mit Hilfe eines Dritten leichter.“ Im Mittelpunkt stehe dann nicht die Erkrankung, sondern die gesunde Beziehung.

Quelle: [diabetesDE](http://diabetesDE)



© Bettina Weiner

## Neue Studie zu Diabetes Typ 2: Gute Werte bei Blutzucker, Blutdruck und Blutfetten senken Risiko für frühen Tod und Herzinfarkt auf durchschnittliches Niveau

Menschen mit Typ-2-Diabetes haben ein erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen sowie einen frühzeitigen Tod im Vergleich zur Gesamtbevölkerung. Nun zeigt eine Kohortenstudie aus Daten des Diabetesregisters in Schweden: Halten Diabetespatienten Blutdruck-, Blutfett-, Blutzucker- und Nierenwerte im Zielbereich und verzichten auf das Rauchen, liegt ihre Lebenserwartung auf nahezu demselben Niveau wie bei Menschen ohne Diabetes. Auch das Risiko für Herzinfarkt oder Schlaganfall ist dann ähnlich. Die Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG) rät daher Menschen mit Typ-2-Diabetes, ihre Gesundheit und Lebenserwartung durch einen bewussten Lebensstil positiv zu beeinflussen. Politische Maßnahmen zur Verhältnisprävention wie die von der DDG geforderte „Gesunde Mehrwertsteuer“ oder „Zuckersteuer“ könnten zudem Betroffenen helfen, diese Ziele zu erreichen.

Diabetes Typ 2 kann zu vielen Begleit- und Folgeerkrankungen führen und in Folge das Sterberisiko erhöhen. Beispielsweise erleiden Betroffene etwa bis zu vier Mal häufiger Herz-Kreislauf-Erkrankungen. „Diabetes Typ 2 bedeutet jedoch nicht zwangsläufig, dass man einen frühen Tod stirbt und mit etlichen Folgeerkrankungen zu kämpfen hat“, betont DDG-Präsident Professor Dr. med. Dirk Müller-Wieland. „Diese repräsentative Studie aus Schweden zeigt sehr deutlich, dass man mit einer chronischen Erkrankung gut und lange leben kann, wenn man sie im Griff hat und sich ihren Anforderungen stellt.“ Hier sollten Ärzte und Patienten die Therapieziele streng verfolgen. Aber auch die Rahmenbedingungen, wie ein gesundes Lebensumfeld, sollten persönlich wie auch gesellschaftlich geschaffen werden.

Ziel der Kohortenstudie – die im New England Journal of Medicine erschienen ist – war es, einen Weg zu finden, das erhöhte Risiko für Menschen mit Diabetes Typ 2 für Herz-Kreislauf-erkrankungen und frühen Tod zu reduzieren oder gar zu beseitigen. Hierzu werteten die Autoren die Daten von 271.174 Menschen mit Typ-2-Diabetes aus dem Schwedischen Nationalen Diabetes Register über mehr als fünf Jahre aus und verglichen sie mit einer Kontrollgruppe von 1.355.870 Patienten ohne Diabetes. In ihrer Untersuchung fokussierten sie die fünf klassischen Risikofaktoren, die bei Typ-2-Diabetes bekanntermaßen zu kardiovaskulären Risiken und einem frühzeitigen Tod führen: erhöhte Blutzucker-, Blutfett- und Blutdruckwerte sowie schlechte Nierenwerte und Rauchen. Sie kamen zu dem Erkenntnis, dass Menschen mit Diabetes Typ 2, die alle Werte im Zielbereich hielten, ein nahezu identisches Sterberisiko und ein etwa gleiches kardiovaskuläres Risiko aufwiesen wie die Kontrollgruppe. „Mit jedem weiteren von den fünf untersuchten Werten, der sich im Zielbereich befand, reduzierte sich das Risiko für schweren Folgeerkrankungen und frühzeitigen Tod“, erklärt Müller-Wieland die Studienergebnisse. „Interessant ist, dass ein dauerhaft erhöhter Blutzuckerspiegel der höchste Risikofaktor für Schlaganfall und Herzinfarkt war“, kommentiert Professor Dr. med. Baptist Gallwitz, Past-Präsident und Presse-Sprecher der DDG.

„Diese Studie zeigt einmal mehr, dass ein gesunder Lebensstil ausschlaggebend für die erfolgreiche Behandlung des Typ-2-Diabetes ist“, so Frau Professor Dr. med. Monika Kellerer, Vize-Präsidentin der DDG. Um bei Patienten die fünf Werte konstant im Zielbereich zu halten, sind nicht nur Schulungen und die Compliance der Betroffenen wichtig. Untersuchungen offenbaren, dass der Appell an den Einzelnen nicht ausreicht. „Wir brauchen ein gesellschaftliches Umdenken, dass es diesen Betroffenen durch ein insgesamt gesünderes Umfeld erleichtert, ihre Therapieziele zu verwirklichen. Darüber hinaus muss unbedingt durch bevölkerungsweite Maßnahmen verhindert werden, dass immer mehr Menschen an Diabetes Typ 2 erkranken“, fordert Barbara Bitzer, Geschäftsführerin der DDG. Hier hält die DDG gesundheitsfördernde Steueranpassungen, also eine erhöhte Steuer auf hochkalorische Produkte bei gleichzeitiger Steuerentlastung gesunder Lebensmittel, für die effektivste Maßnahme.

Zudem sollte ein Verbot von Lebensmittelwerbung, die sich an Kinder richtet, verbindliche Standards für die Verpflegung in Kitas und Schulen sowie eine tägliche verpflichtende Stunde Schulspot/-Bewegung etabliert werden. Die Studie zeigt auch, welchen Nutzen ein nationales Diabetesregister hat, das die DDG auch für Deutschland fordert.

Quelle: [Deutsche Diabetes Gesellschaft](#)

## Presseschau

Die Originalartikel erreichen Sie über Klick auf die Internetseiten oder via QR-Code-Scan mit Ihrem Smartphone oder Tablet.

Die Zukunft gehört der sensorischen Zuckermessung: [www.aerztezeitung.de](http://www.aerztezeitung.de)



HbA1c-Bestimmung erkennt Gestationsdiabetes früher: [www.aerzteblatt.de](http://www.aerzteblatt.de)



Eine Impfung gegen Diabetes: [www.spektrum.de](http://www.spektrum.de)



Wirken sich Diabetesmedikamente auf das Gewicht aus?: [www.diabetes-news.de](http://www.diabetes-news.de)



Blutverdünner ASS bei Diabetes: Herzschutz, aber Blutungsrisiko: [www.diabetesinformationsdienst-muenchen.de](http://www.diabetesinformationsdienst-muenchen.de)



Erhöhtes Diabetesrisiko bei Gluten-Verzicht: [www.aerztezeitung.de](http://www.aerztezeitung.de)



Zuckerstoffwechsel und Fettabbau – alles zu seiner Zeit: [www.diabetesinformationsdienst-muenchen.de](http://www.diabetesinformationsdienst-muenchen.de)



Newsletteranmeldung: <https://www.diabetes-netzwerk-sachsen.de/aktuelle-informationen/newsletteranmeldung/>



Unser Newsletter wird unterstützt von der AOK Plus Sachsen. Dankeschön!

## Aufruf zur Eltern-Beteiligung an bundesweiter Online-Befragung

DDG und diabetesDE kritisieren Kompetenzchaos bei der Betreuung von Kindern mit Diabetes Typ 1 in Schulen und Kindergärten

Hier gehts zur [Pressemitteilung](#)



Direkt zur [Online-Befragung](#)



## Veranstaltungstipp

Am 22. September 2018 findet **#KidsKon**, der erste Diabetes Kinder und Jugendkongress Deutschlands, in Frankfurt/Main statt. Die Teilnehmer erwartet ein abwechslungsreiches Programm. Mit dabei sind auch YouTuber und Sportler mit Diabetes. Der Eintritt ist frei.

[www.diabetes-news.de/nachrichten/kids-kon-neuer-diabetes-kinder-und-jugend-kongress](http://www.diabetes-news.de/nachrichten/kids-kon-neuer-diabetes-kinder-und-jugend-kongress)

