



© Bettina Weiner

Behandlung von schlechten Blutfetten bei Diabetes

Patienten mit einer koronaren Herzkrankheit (KHK) oder Diabetes haben ein erhöhtes Risiko für Folgeerkrankungen wie Herzinfarkt oder Schlaganfall. Um das Risiko für diese Folgeerkrankungen zu reduzieren, wird die Einnahme von Statinen empfohlen. Statine hemmen die Cholesterinbildung und senken so erhöhte Cholesterinwerte, welche einen Risikofaktor für die KHK und deren Folgeerkrankungen darstellen. Damit die Medikamente jedoch wie gewünscht wirken, ist es wichtig, diese nach dem empfohlenen Plan einzunehmen.

Behandlung mit Statinen – Welche Bedenken haben Patienten und wieso halten sich einige nicht an den Therapieplan?

Dies untersuchte nun ein Forscherteam aus den USA. Sie führten Telefoninterviews mit 730 Patienten, die Statine bekamen. Unter ihnen waren Personen, die Statine vorbeugend verschrieben bekommen haben (52 Prozent), genauso wie KHK-Patienten (17,8 Prozent) und Diabetes-Patienten bzw. Patienten mit anderen Herz-Kreislauf-Problemen (30,2 Prozent). Von den Personen, die die Statine vorbeugend erhielten, berichtete fast jeder fünfte (19,9 Prozent), dass er sich nicht an den Therapieplan hält. Von den KHK-Patienten waren es 23,8 Prozent, die die Statine nicht wie vorgeschrieben einnahmen. Bei Diabetes-Patienten und Patienten mit anderen Herz-Kreislauf-Komplikationen, wie Schlaganfall, war der Anteil der therapieuntreuen Patienten mit 23,9 Prozent ähnlich.

Viele Patienten erzählten ihrem Arzt nicht, dass sie die Medikamente nicht vorschriftsmäßig einnahmen.

Trotz vieler Bedenken war der Hauptgrund für die Therapieuntreue, dass die Patienten die Einnahme schlicht vergaßen

Die Patienten wurden befragt, welche Bedenken sie bei der Statin-Einnahme

haben. Am häufigsten (66 Prozent) nannten die Patienten, dass sie ihre Cholesterinwerte lieber senken wollen, indem sie ihren Lebensstil ändern. 59 Prozent gaben an, dass sie generell keine Medikamente mögen. Etwa jeder dritte Patient (31 Prozent) befürchtete Leber- oder Nierenprobleme.

Die Bedenken führten jedoch in den meisten Fällen nicht dazu, dass die Patienten aufgrund dessen weniger Statine einnahmen. Der häufigste Grund (9 Prozent), warum die Patienten weniger Statine einnahmen als ihnen verschrieben wurde, war, dass sie die Einnahme schlicht vergaßen.

Auffällig war, dass sich die Patienten, die ihr Herz-Kreislauf-Risiko als höher einschätzten, häufiger an den Therapieplan hielten als die Patienten, die ihr Risiko als weniger bedrohlich wahrnahmen.

Viele Patienten hatten somit Bedenken was die regelmäßige Statin-Einnahme betraf. Die meisten Patienten würden lieber ihre Cholesterinwerte durch eine Änderung ihres Lebensstils senken, statt Medikamente zu nehmen.

Viele Patienten befürchteten Nebenwirkungen, vor allem in Bezug auf ihre Leber und Niere. Dennoch waren diese Bedenken nicht der Hauptgrund, warum einige Patienten weniger Statine einnahmen als empfohlen.

Der Hauptgrund war, dass sie die Einnahme schlicht vergaßen. Es ist wichtig, dass die Patienten hinsichtlich ihrer Bedenken beraten werden und dass sie darüber aufgeklärt werden, wie wichtig die richtige Einnahme der Medikamente ist, damit diese ihre bestmögliche Wirkung erzielen können.

Hohe Blutfette bei Diabetes lassen sich erfolgreich durch Alirocumab senken

Ein internationales Forscherteam mit Wissenschaftlern aus Europa und Nordamerika untersuchte, ob der Wirkstoff Alirocumab gute Effekte bei der Behandlung von Patienten mit Typ-2-Diabetes

mit abnormalen Blutfettwerten erzielt. Die in die Studien eingeschlossenen Patienten mit Typ-2-Diabetes wiesen alle schlechte Blutfettwerte mit insbesondere hohem Gehalt des „schlechten“ LDL-Cholesterins auf. Alle Patienten wurden bereits mit Statinen für ihre erhöhten Blutfette behandelt, allerdings führte dies nicht zu einer ausreichenden Absenkung der hohen Werte.

Die Ergebnisse dieser Studie zeigen, dass Patienten mit Typ-2-Diabetes (zusätzlich zu ihrer Behandlung mit Statinen) von einer Behandlung mit Alirocumab im Vergleich zu der Standardbehandlung durch eine Verbesserung ihrer Blutfettwerte profitieren.

Quelle: [DeutschesGesundheitsPortal.de](https://www.deutschesgesundheitsportal.de)

Niedrige Muskelmasse erhöht Diabetesrisiko

Die Zuckerkrankheit Diabetes geht mit zahlreichen Begleiterkrankungen einher. Unter anderem kann der Diabetes zu einem Verlust an Muskelmasse mit in der Folge erhöhtem Risiko für Stürze beitragen. In einer japanischen Studie sollte nun herausgefunden werden, ob auch ein umgekehrter Zusammenhang denkbar ist, in der Form, dass eine niedrige Muskelmasse das Risiko für Typ-2-Diabetes erhöht.

Die Forscher untersuchten dazu 9667 Personen, die bei Studienbeginn kein Diabetes aufwiesen. Als Indikator für die Muskelmasse der Patienten bestimmten die Forscher den Gehalt an Kreatinin, dem Energiespeicher der Muskeln.

Der Kreatinin-Gehalt der in die Studie eingeschlossenen Patienten wies bei Studienbeginn Normalwerte auf (Normalwerte: Männer unter 50 Jahre = 0,84 – 1,25 mg/dl; Männer ab 50 Jahre = 0,81 – 1,44 mg/dl; Frauen = 0,66 – 1,09 mg/dl).



Niedriger Kreatinin-Wert stand mit dem Diabetesrisiko im Zusammenhang

Während der Nachbeobachtungszeit (durchschnittlich 5,6 Jahre) entwickelten 287 (5,5 Prozent) der Männer und 115 (2,3 Prozent) der Frauen Typ-2-Diabetes.

Männer, bei denen der Kreatinin-Wert bei $\leq 0,7$ mg/dl lag, wiesen im Vergleich zu Männern mit einem Kreatinin-Wert zwischen 0,9 und 1,2 mg/dl ein um 40 Prozent erhöhtes Risiko für Diabetes auf. Bei Frauen war eine ähnliche Risikoerhöhung sichtbar. Lag der Kreatinin-Wert der Frauen bei $\leq 0,5$ mg/dl, so war das Diabetesrisiko der Frauen 69 Prozent höher als bei Frauen, die einen Kreatinin-Wert zwischen 0,7 und 1,1 mg/dl aufwiesen.

Sowohl bei Männern und Frauen erhöhte sich das Risiko für Typ-2-Diabetes bei niedrigen Kreatinin-Werten im Blut. Da die Kreatinin-Werte ein Indikator für die Muskelmasse sind, zeichnet sich dadurch ab, dass eine gesunde Muskelmasse wichtig für den Schutz vor Diabetes sein könnte.

Auch Kraftsport kann Diabetes verhindern

Wenn beim Hausarzt Blutzuckerwerte festgestellt werden, die abnormal hoch sind, aber noch keine Diabeteserkrankung anzeigen, spricht der Arzt vom Prädiabetes. Der Prädiabetes ist eine Vorstufe des Typ-2-Diabetes. Wenn Menschen mit dieser Diagnose konfrontiert sind, können sie zum Glück aus eigener Hand noch einiges tun, um zu verhindern, dass es tatsächlich zu einer Diabeteserkrankung kommt. Eine Gewichtsabnahme, mehr Bewegung im Alltag und eine gesündere Ernährung können den Diabetes aufhalten.

Lässt sich der Diabetes durch regelmäßiges Training aufhalten?

Wissenschaftler aus den USA und China untersuchten in ihrer Studie, inwiefern Bewegung eine Diabeteserkrankung bei

Personen mit Prädiabetes verhindern kann. Die Wissenschaftler interessierte ob Krafttraining, Ausdauertraining oder eine Kombination aus beidem besser vor Diabetes schütze.

An der Studie nahmen 137 Personen mit Prädiabetes teil, die auf vier verschiedene Gruppen aufgeteilt wurden. Gruppe eins führte zwei Jahre lang Krafttraining durch, Gruppe zwei Ausdauertraining und Gruppe drei eine Kombination aus beidem. Gruppe vier war die Kontrollgruppe, die keine Form der sportlichen Betätigung ausübte. Die Studienteilnehmer trainierten an drei Tagen der Woche für 60 Minuten.

Alle drei Sportvarianten schützten vor Typ-2-Diabetes

Nach zwei Jahren wurden folgende Ergebnisse gesehen: Im Vergleich zu den Personen aus der Kontrollgruppe war das Risiko für Typ-2-Diabetes durch Krafttraining um 65 Prozent gemindert, durch Ausdauertraining um 72 Prozent und durch die Kombination aus beidem um 74 Prozent. Neben dem verminderten Diabetesrisiko verbesserten sich in den Sportgruppen außerdem der Blutzuckerspiegel und die Blutfettwerte.

Die Ergebnisse dieser Studie zeigen, wie wertvoll Bewegung zum Schutz vor Diabetes ist. Da Ausdauer-, Krafttraining und die Kombination aus beidem gleich effektiv waren, um vor Diabetes zu schützen, können Betroffene den Sport flexibel und ihren individuellen Interessen entsprechend auswählen. Der Sport sollte Spaß machen, sodass er dauerhaft und regelmäßig ausgeübt wird.

Quelle: DeutschesGesundheitsPortal.de

Terminankündigung

18. Mai 2019
Arzt-Patienten-Seminar
► Falkensteinklinik, Ostrau
Ostrauer Ring 35
D-01814 Bad Schandau

Presseschau

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

Führt Sport am Abend zu Schlaflosigkeit?: www.focus.de



Shisha rauchen gefährlicher als Zigaretten: Wasserpfeife kann Diabetes und Übergewicht fördern!: www.rtl.de



Forscher entwickeln neue Methode, um Risiken für das Herz früh zu erkennen: www.focus.de



Kassen müssen Blutzuckermessung als häusliche Krankenpflege bezahlen: www.aerzteblatt.de



Wie Insulin das Gehirn schützt: www.aerztezeitung.de



Insulin schützt vor „undichtem Darm“: www.aerztezeitung.de



Veranstaltungen:

www.diabetikerbund-sachsen.de/veranstaltungen-und-termine



Newsletteranmeldung:

www.diabetes-netzwerk-sachsen.de/nla



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