



Jeder zehnte Bundesbürger hat Diabetes

Von Prof. Gerd Glaeske, Wissenschaftlicher Leiter „Länger-besser-leben.“-Institut, Universität Bremen

Es gibt neue Zahlen aus dem Versorgungsatlas des Zentralinstitutes der Ärzte in Deutschland – und die sind nicht beruhigend. Die Anzahl der Menschen mit Diabetes steigt an. Lag die Anzahl von Menschen mit Typ 1 und Typ 2 Diabetes im Jahr 2009 noch bei 8,9 Prozent, so ist sie im Jahr 2015 auf 9,8 Prozent angestiegen. Auffällig sind in diesem Zusammenhang zwei Ergebnisse:

Männer leider deutlich häufiger an dieser Krankheit als Frauen. Besonders groß ist der Unterschied im Alter zwischen 65 und 75, da sind es 20 bis 25 Prozent der Frauen, aber 25 bis 30 Prozent der Männer. Und die Quote steigt an bis zum 85. Lebensjahr. Da sind es 32 Prozent der Frauen und 35 Prozent der Männer.

Ebenso beachtlich sind die regionalen Unterschiede. Am häufigsten wird Diabetes in den neuen Bundesländern diagnostiziert, zum Beispiel in Mecklenburg-Vorpommern oder auch in Sachsen mit über 12 Prozent. In den alten Bundesländern schwankt der Anteil zwischen 7 und 9 Prozent.

Die Gründe für den Anstieg der Diabeteshäufigkeit sind lange bekannt. Außer dem höheren Lebensalter müssen Bewegungsmangel, Rauchen, ungesunde Ernährung und Übergewicht neben genetischen Einflüssen berücksichtigt werden.

Schaut man auf Niedersachsen, fallen auch dort bestimmte Regionen mit einem hohen Anteil von Menschen mit Diabetes auf. Dies ist einer der Gründe, warum das „Länger besser leben.“-Programm der Krankenkasse BKK24 sich hier besonders engagiert. Tipps zur Ernährung und zur Bewegung sollen helfen, Übergewicht zu verringern. Kursangebote sollen unterstützen, vom Rauchen loszukommen. Das Übergewicht führt dazu, dass die Insulinproduktion zur Verarbeitung des

Zuckers in der Ernährung nicht mehr so gut funktioniert. Dann leiden die Gefäße und es kommt zu Durchblutungsstörungen – in den Beinen und Füßen, in den Nieren und den Augen. Rauchen verstärkt diese Entwicklungen noch. Im schlimmsten Fall kommt es dann zu Amputationen von Zehen oder Füßen, zur Dialyse oder zu Sehstörungen bis zur Erblindung. Das muss nicht sein. Prävention kann diese schlimmen Folgen vermeiden und man kann länger, besser leben.

Kontakt

„Länger besser leben.“-Institut
an der Universität Bremen
Wissenschaftlicher Leiter Prof. Gerd Glaeske
E-Mail: glaeske@uni-bremen.de
Telefon: 0421 218 58558

<http://www.socium.uni-bremen.de/ueber-das-socium/mitglieder/gerd-glaeske/projekte/laenger-besser-leben-institut/>

www.bkk24.de/lbl-institut