

Diabetes: Anzeichen eines hohen Blutzuckers erkennen

Diabetes mellitus ist eine Stoffwechselerkrankung. Sie wirkt sich weitreichend auf die Gesundheit aus. Bei einem Typ-1-Diabetes kann der Körper kein Insulin produzieren. Bei einem Typ-2-Diabetes reicht die in das Blut abgegebene Insulinmenge nicht aus oder das Insulin kann nicht ausreichend genutzt werden.

Wann spricht man von einer Überzuckerung?

Leichte Schwankungen des Blutzuckerspiegels sind völlig normal und kommen auch bei Gesunden täglich vor. Bei Gesunden bleibt der Blutzuckerspiegel zwischen etwa 60 und 140 Milligramm pro Deziliter (mg/dl) Blut (3,3 bis 7,8 mmol/l). Die Maßeinheit Millimol pro Liter (mmol/l) gibt die Menge der Teilchen pro Liter an und richtet sich nach dem Gewicht der einzelnen Teilchen. Für einen unbehandelten Typ-1-Diabetes sind hingegen stark erhöhte Blutzuckerspiegel typisch, die 27,8 mmol/l (500 mg/dl) übersteigen können. Wie die folgende Grafik zeigt, sind die Übergänge zwischen dem normalen Blutzuckerbereich und einer Über- beziehungsweise Unterzuckerung fließend. Mehr über die Anzeichen einer Unterzuckerung können Sie [hier](http://www.gesundheitsinformation.de/index.669.de.html) (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/index.669.de.html>) lesen.

Erkrankungen hinweisen. Manchmal werden bei der Diagnose des Typ-2-Diabetes bereits beginnende Folgeerkrankungen festgestellt. Typ-2-Diabetes beginnt meistens jenseits des fünfzigsten Lebensjahres. In den letzten Jahren erkranken aber auch zunehmend jüngere Menschen und Kinder an Typ-2-Diabetes.

Anzeichen für einen sehr hohen Blutzucker bei Typ-2-Diabetes können sein:

- Beeinträchtigt Allgemeines Befinden
- Nachlassen der körperlichen Leistungsfähigkeit
- Müdigkeit und Konzentrationsstörungen
- Vermehrtes Wasserlassen und gesteigerter Durst
- Gehäufte Infektionen (Harnwegsinfektionen, Pilzkrankungen)
- Juckreiz, vor allem im Genitalbereich
- Schlechte Wundheilung, auch bei kleinen Wunden
- Sehstörungen

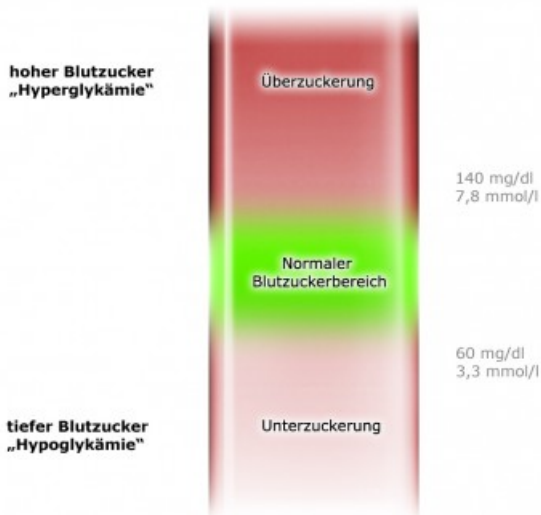
Allgemein ist das Risiko für einen Typ-2-Diabetes bei Menschen erhöht, die übergewichtig sind und sich wenig bewegen. Außerdem besteht eine familiäre Häufung, das heißt nahe Verwandte von Menschen mit Typ-2-Diabetes haben ein erhöhtes Erkrankungsrisiko.

Typ-1-Diabetes

Bei Typ-1-Diabetes besteht anders als bei Typ-2-Diabetes kein Zusammenhang mit Übergewicht. Die Erkrankung beginnt meistens im Alter unter 20 Jahren. Die Beschwerden sind ähnlich wie bei Typ-2-Diabetes, entwickeln sich aber meistens viel schneller und heftiger.

Anzeichen für einen sehr hohen Blutzucker bei Typ-1-Diabetes können sein:

- Stark vermehrtes Wasserlassen und extremer Durst mit Trinkmengen von mehreren Litern pro Tag
- Ausgeprägte ungewollte Gewichtsabnahme innerhalb weniger Wochen
- Auffälliger Leistungsknick mit Muskelschwäche, Müdigkeit und stark beeinträchtigtem Allgemeines Befinden
- Übelkeit und Bauchschmerzen
- Sehstörungen
- Konzentrationsstörungen
- Bewusstseinsstörungen bis hin zu einem Koma
- Gehäufte Infektionen (Harnwegsinfektionen,



Typ-2-Diabetes

Viele Menschen mit Typ-2-Diabetes wissen jahrelang nichts von ihrer Erkrankung, weil sie oft lange Zeit keine wesentlichen Beschwerden verursacht. Oft sind die Symptome uncharakteristisch und können auf verschiedene

Pilzerkrankungen)

Wenn Sie diese Anzeichen bei sich oder Ihrem Kind beobachten, sollten Sie umgehend eine Ärztin oder einen Arzt aufsuchen.

Mehr zum Thema **hier** (URL:
<http://www.gesundheitsinformation.de/diabetes.518.56.de.html>)

Autor: Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Glossar

Diabetes mellitus

Diabetes mellitus heißt wörtlich "süßer Urin". Zu den Kennzeichen gehört, dass der Körper Zucker ausscheidet. Umgangssprachlich wird die Krankheit auch Zuckerkrankheit genannt. Es gibt mehrere Typen des Diabetes mellitus, am bekanntesten sind Typ 1 und Typ 2. Allen Typen gemeinsam ist, dass zu viel Glukose, eine Form von Zucker, im Blut schwimmt, weil es Probleme mit dem Hormon Insulin gibt. Die langfristigen Folgen reichen von Durchblutungsstörungen, erschwerter Harnentleerung und Müdigkeit über schlecht heilende Wunden, Nervenschädigungen und Erblindung bis zu Herzinfarkt und Schlaganfall. Auch bei Patientinnen und Patienten, die noch keine lange Krankengeschichte haben, kann es durch starken Insulinmangel zu Bewusstseinsstörungen und lebensgefährlichem Koma kommen. Glukose gelangt ins Blut, weil der Körper Kohlenhydrate und Zucker aus Nahrungsmitteln wie Brot, Kuchen, Nudeln oder Kartoffeln verdaut und in seine kleinsten Bestandteile zerlegt. Außerdem produziert die Leber selbst Glukose. Die Zellen des Körpers brauchen die einfach gebaute Glukose als Energielieferanten. Das Hormon Insulin ist der "Türöffner" für Glukose: Insulin dockt an die Zelle an und bewirkt, dass sie Zucker aus dem Blut aufnimmt. Beim Typ-1-Diabetes zerstört in den meisten Fällen das eigene Immunsystem die Insulin produzierenden Zellen in der Bauchspeicheldrüse, oft schon früh in der Kindheit und Jugend. Deshalb fehlt dem Körper das Hormon, die Glukose gelangt nicht in die Zellen, der Blutzuckerspiegel ist ständig zu hoch. Beim Typ-2-Diabetes produzieren die Zellen der Bauchspeicheldrüsen zwar ausreichend Insulin, aber die Zellen, die Glukose brauchen und an die das Insulin andockt, reagieren nicht auf den "Türöffner". Sie sind Insulin-resistent und lassen die Glukose nicht hinein. Auch hier ist die Folge ein Anstieg der Blutzuckerwerte. Während Menschen mit Typ-1-Diabetes regelmäßig Insulin spritzen müssen, können Menschen mit Typ-2-Diabetes vor allem im Anfangsstadium den Blutzuckerspiegel schon durch eine angepasste Ernährung und viel Bewegung normalisieren. Ein weiterer bedeutender Diabetes mellitus ist der Gestationsdiabetes. Er heißt auch Schwangerschaftsdiabetes, weil er Frauen in der Schwangerschaft treffen kann. Meist klingt dieser Diabetes nach dem Ende der Schwangerschaft wieder ab.

Insulin

Das Hormon Insulin wird in bestimmten Zellen der

Bauchspeicheldrüse, den so genannten Betazellen, gebildet. Die Bauchspeicheldrüse setzt mehr Insulin frei, wenn wir Kohlenhydrate mit der Nahrung aufnehmen. Insulin führt dazu, dass die Blutglukose (Blutzucker) von der Leber oder den Muskeln aufgenommen, verwertet oder gespeichert wird. Außerdem fördert Insulin die Produktion von Eiweiß, fördert das Wachstum und reguliert den Fettstoffwechsel.

Unterzuckerung

Bei einer Unterzuckerung liegt der Blutzuckerspiegel unter 60 mg/dl (3,3 mmol/l). Der medizinische Begriff ist Hypoglykämie. Menschen mit einer Unterzuckerung sind blass, haben einen schnellen Puls, sind kaltschweißig, zittern und können sich schlecht konzentrieren. Einige haben Kopfschmerzen oder sind verwirrt. Bei sehr niedrigem Blutzucker kann das Bewusstsein beeinträchtigt sein. Dies bezeichnet man als schwere Hypoglykämie.

Überzuckerung

Bei einer Überzuckerung ist der Glukosespiegel im Blut über 200 mg/dl (11,1 mmol/l) angestiegen. Der medizinische Begriff ist Hyperglykämie.

Stoffwechselerkrankung

Alle Vorgänge im menschlichen Körper beruhen letztlich auf chemischen Reaktionen, bei denen Stoffe auf-, ab- oder umgebaut werden. Die Gesamtheit dieser Reaktionen nennt man Stoffwechsel. Der Stoffwechsel sorgt beispielsweise dafür, dass der Körper ausreichend mit Energie versorgt wird, und er hält so die Körperfunktionen aufrecht. Von einer Stoffwechselerkrankung oder Stoffwechselstörung spricht man, wenn der gesamte Stoffwechsel oder Teilbereiche nicht mehr richtig funktionieren. Die Ursache ist meistens, dass für den Stoffwechsel wichtige Enzyme oder Hormone fehlen. Dies ist beispielsweise bei Typ-1-Diabetes der Fall, bei dem es an dem Hormon Insulin mangelt. Dadurch gerät der gesamte Zuckerstoffwechsel aus dem Gleichgewicht. Andere Beispiele sind Gicht, bei der der Harnsäurestoffwechsel gestört ist, und eine Schilddrüsenunterfunktion, bei der es an lebenswichtigen Schilddrüsenhormonen mangelt. Stoffwechselstörungen können angeboren sein oder sich erst später im Leben entwickeln.

Diagnose

Mit dem Begriff Diagnose (von „diagnosi“, griechisch: Erkenntnis, Urteil) ist das Feststellen und Benennen einer Erkrankung gemeint. Die Diagnose sollte unter anderem anhand der Vorgeschichte, der vorhandenen Beschwerden und der Untersuchungsergebnisse gestellt werden. Zu den Untersuchungen gehören sowohl eine eingehende körperliche Untersuchung als auch beispielsweise die Bestimmung von Blutwerten oder apparative Untersuchungen wie Ultraschall oder Röntgen.

Quellen

Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Dem Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) obliegt von Gesetzes wegen die wissenschaftliche Bewertung des Nutzens, der Qualität und der Wirtschaftlichkeit von medizinischen Leistungen. Dazu gehören auch die Nutzenbewertung von Arzneimitteln sowie die Herausgabe von Gesundheitsinformationen für Bürger und Patienten.

Wissenschaftliche Basis dieser Gesundheitsinformation

Unsere Informationen basieren primär auf so genannten systematischen Übersichten. Um ein objektives Bild über eine medizinische Maßnahme zu erhalten, ist eine systematische Übersicht notwendig. Hierzu werden zunächst die relevanten Fragestellungen formuliert. Zu diesen Fragen werden Forscher dann alle Studien zu diesem Thema suchen und auswerten.

Eine Liste der berücksichtigten wissenschaftlichen Literatur dieser Gesundheitsinformation finden Sie unter www.gesundheitsinformation.de.

Hinweis für die Nutzer:

Diese Gesundheitsinformationen wurden vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) erstellt und veröffentlicht. Sie basieren auf der Bewertung der zum Zeitpunkt der Erstellung verfügbaren wissenschaftlichen Literatur und anderer Informationsquellen.

Gesundheitsinformationen des IQWiG werden ausschließlich für Patienten in Deutschland zur Verfügung gestellt. Die Informationen sollten nicht für die Erstellung eigenständiger Diagnosen verwendet werden, da sie eine Beratung zwischen Ärztin/Arzt und Patientin/Patient nicht ersetzen können und nicht ersetzen sollen.