

Kampagne „Diabetes ist Herzessache“ gestartet

Risiko für kardiale Ereignisse wird unterschätzt

„Vaskuläre Komplikationen wie Herzinfarkt, periphere arterielle Verschlusskrankheit oder Schlaganfall verursachen nicht nur die höchsten Kosten in der Diabetesversorgung, letztlich versterben viele Diabetiker daran. Ärzte und Patienten müssen verstehen, dass es wichtig ist, rechtzeitig Vorsorgemaßnahmen hinsichtlich der Risikofaktoren wie Blutdruck, Blutfette und Blutzucker zu veranlassen und wenn nötig, zielwertgerecht zu behandeln“, sagt Prof. Dr. Dr. Diethelm Tschöpe, Vorsitzender der Stiftung DHD, zum Ziel der Kampagne. „Wir sehen gerade in der aktuellen Diskussion nach *ACCORD* und *ADVANCE* dass unsere Kampagne genau zur rechten Zeit vermittelt, dass eine richtig verstandene Diabetologie vor allem den Organbezug, also die Schädigung des diabetischen Herzens, umfassend adressiert“, führt Tschöpe aus.

„Wir merken in der Kardiologie, dass der stoffwechselgesunde Patient eher der Ausnahmefall ist“, erklärt Dr. Rolf Dörr, Beauftragter des BNK. „Bis zu 40 Prozent aller Herzoperierten in Deutschland und zwei Drittel der Patienten in der kardiologischen Praxis haben einen manifesten Diabetes oder eine gestörte Glukosetoleranz. Unbehandelt wird damit die Progression der Koronarerkrankung gefördert, erläutert Dörr. Die Kooperation zwischen Diabetologen und Kardiologen sei notwendig, um Patienten eine günstige Prognose zu ermöglichen, so die Verantwortlichen der Kampagne.

„Wir wissen mittlerweile, dass die zielwertgerechte Einstellung des Blutdrucks mindestens genauso wichtig ist wie die normnahe Blutzuckereinstellung und dass damit das Risiko für Folgekomplikationen signifikant reduziert werden kann“, betont Dr. Hans-Martin Reuter vom Vorstand BVND. Mit der Kampagne „Diabetes ist Herzessache“ solle ein Risikobewusstsein in der Bevölkerung geschaffen werden, sagen die Initiatoren.

„Neben Infomaterialien in allen Praxen bieten wir zur Erstellung des persönlichen Risikoprofils z.B. den PROCAM-Punkte-Score an, bei dem neben Cholesterin-, Blutdruck- und Blutzuckerwerte auch Parameter wie Geschlecht, Alter, familiäre Krankheitsgeschichte und Risikofaktoren wie Rauchen oder Gewicht berücksichtigt werden. Mit dem Test lässt sich das Herzinfarkttrisiko bei Frauen und Männern zwischen 35 und 65 Jahren in den kommenden Jahren zuverlässig vorhersagen“, erläutert Dr. Norbert Smetak, Bundesvorsitzender der niedergelassenen Kardiologen.

„Und für Interessierte und herzkranken Patienten, die ihr Risiko an einem Diabetes mellitus zu erkranken wissen wollen, haben wir als Erfassungsmöglichkeit den FINDRISK-Bogen, den wir einsetzen werden“, ergänzt Dr. Nikolaus Scheper, Beauftragter des BVND.

Nehmen Sie Diabetes nicht auf die leichte Schulter

Den Ernst der Lage begreift man erst, wenn die Probleme da sind

„Obwohl ich wusste, dass beim Diabetes schlimme Folgen drohen, hätte ich nie gedacht, dass es mich trifft!“, sagt Günther K. aus Bielefeld. „Die Gefahr fürs Herz wird unterschätzt. Früher wusste man ja gar nicht, dass der Zucker auch das Herz bedroht“, ergänzt der 58-Jährige. Der Ostwestfale hat seit über 30 Jahren Diabetes Typ 2.

Anfangs wurde Günther K. mit Tabletten und Umstellung der Ernährung behandelt. Seit Mitte der 90er Jahre spritzt er Insulin und fühlt sich damit gut eingestellt. „Mit dem Zucker läuft es seither besser. Ich kontrolliere regelmäßig die Werte und versuche, meinen Blutzucker im Normbereich zu halten. Das gelingt zwar nicht immer, aber ich bemühe mich“, so der Bielefelder. „Großes Kopfzerbrechen bereitet mir das Herz, meine Gefäße sind nicht in Ordnung und der Blutdruck ist zu hoch. Mit der Zeit, nach 30 Jahren Diabetes kommt einfach immer mehr dazu“, spricht Günther K. leise, etwas wehmütig.

Die ersten Probleme am Herzen begannen vor 15 Jahren. „Ich ging zum Arzt, weil ich mich unwohl fühlte. Dabei hatte ich die Symptome schon lange: häufiges Ziehen und Schmerzen in der Brust, oft außer Atem und erschöpft. Ich dachte, eine Erkältung bahnt sich an. Nach dem auffälligen EKG-Befund wies mich der Arzt sofort ins Krankenhaus ein. Zwei Gefäße saßen zu, die Diagnose ‚Koronare Herzkrankheit‘ traf mich wie ein Schlag. Auch meine Gattin war beunruhigt als sie mich nach der OP besuchte. Nach Gefäß-Dilatation und Stent-Implantation verließ ich die Klinik mit neuen Medikamenten im Gepäck: für Herz und Blutdruck, das Insulin spritzen blieb. Danach habe ich sofort meinen Lebensstil geändert, von einem Tag auf den anderen mit dem Rauchen aufgehört, mich gesünder ernährt und Alkoholkonsum vermieden. Ich wusste ja, worauf es ankommt“, erklärt der frühpensionierte Einzelhandelskaufmann.

Vor einem Jahr folgt dann der nächste Schicksalsschlag: Nachdem der Hausarzt eine Dornwarze am entzündeten Fuß entfernt hat, heilt die Wunde nicht ab. In der Klinik wird dann auch festgestellt, dass die Herzkrankheit weiter fortgeschritten ist: wieder muss ein Stent implantiert werden. Der Diabetiker erinnert sich, dass er die Warnzeichen eigentlich schon im Sommerurlaub das Jahr zuvor gespürt aber nicht ernst genommen hat. Günther K. gesteht: „mir war klar, wie heimtückisch die Erkrankung ist und trotzdem habe ich den Schmerz in der Brust, meine Atemnot, das Schwitzen, die Müdigkeit und Erschöpfung auf körperliche Anstrengung geschoben. Wir waren in Tirol, sind viel gewandert und mit dem Fahrrad gefahren. Zuhause war ich wieder beschwerdefrei. Ich glaubte, mit meiner Gesundheit sei alles in Ordnung“.

„Wir selbst haben die Sache wohl zu wenig ernst genommen“, sagt Ehefrau Irene: „Günther ist eben ein Genießer, was das Essen betrifft. Da gab es lange Zeit viel zu üppige Portionen. Heute genießen wir auch, aber anders. Wir setzen auf Qualität bei Lebensmitteln und schonende Zubereitung, ernähren uns herzgesund. Auch die Bewegung spielt eine wichtige

Rolle in unserem Leben. Aber die Angst, dass irgendwann wieder etwas dazu kommt, die bleibt“.

In Zukunft noch bewusster leben, um gesund zu bleiben, das hat sich Günther K. nach seiner letzten OP fest vorgenommen. Schließlich hat das Bielefelder Paar noch einige Pläne. Gemeinsam wollen sie die Welt bereisen, die Enkelkinder aufwachsen sehen und möglichst lange füreinander da sein. Die Eheleute sind sich einig: „Wir werden alles dafür tun, bevor es zu spät ist! Manchmal denken wir, es wäre einfacher gewesen, ein Diabetes würde von Beginn an wehtun. Dann würden viele die Erkrankung nicht auf die leichte Schulter nehmen!“

Text/ Fotos (© Katrin Hertrampf)

Bild:

Kampagne "Diabetes ist Herzessache" will Patienten und Ärzte über Koronarrisiko aufklären (von li nach re): Dr. Hans-Martin Reuter und Dr. Nikolaus Scheper (beide BVND), Patient Günther Kraus (Bielefeld), Prof. Dr. Dr. Diethelm Tschöpe (Stiftung DHD) und Dr. Rolf Dörr (BNK); © Katrin Hertrampf