Diabetes? Alles klar!



Kapitel 7: Therapie Typ 2 Diabetes

7.39 - Metformin

Version 1.0
31.10.2026

Autor:innen: W.Stadler
Medical Lead: D. Furthner, B. Plamberger, L. Warga
Review: Gabriele Berger, Elke Fröhlich-Reiterer, Katrin Nagl
(in alphabetischer Reihenfolge)

Inhalt

Metformin 1

Wie ist Metformin einzunehmen? 2
- Handelsnamen und Dosisstärken 2
- Welche Nebenwirkungen können auftreten? 2
- Was ist bei Krankheit oder Operationen zu beachten? 3
- Besteht ein Risiko für Unterzuckerung? 3
- Metformin und Schwangerschaft 3
- Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten 3
- Was mache ich, wenn ich vergessen habe, meine Dosis Metformin einzunehmen? 4

Abbildungsverzeichnis 5

Quellen 5

Notizen 5

ÖDG Österreichische Diabetes Gesellschaft
helfen, heilen, forschen

Metformin

Metformin hilft, den Blutzucker zu senken, ohne den Körper zur zusätzlichen Insulinproduktion anzuregen. Es wirkt auf mehrere Arten:

- Die **Leber produziert weniger Glukose (= Zucker)**,
  So wird weniger Zucker von der Leber ins Blut abgegeben. Dadurch sinkt der Nüchtern-Blutzucker.
- Im **Darm wird weniger Zucker aufgenommen**.
  Der Blutzucker steigt nach dem Essen daher weniger stark an.
- Die **Körperzellen reagieren besser auf Insulin.**
  Dadurch kann Zucker leichter aus dem Blut in die Zellen. Die Insulin-Sensitivität (=Insulin-Wirkung) verbessert sich. Das bedeutet: weniger Insulin-Resistenz.

Durch diese Wirkungsweise unterstützt Metformin die natürliche Blutzuckerregulation des Körpers.

Eine Therapie mit Metformin ist ab dem Alter von 10 Jahren zugelassen.

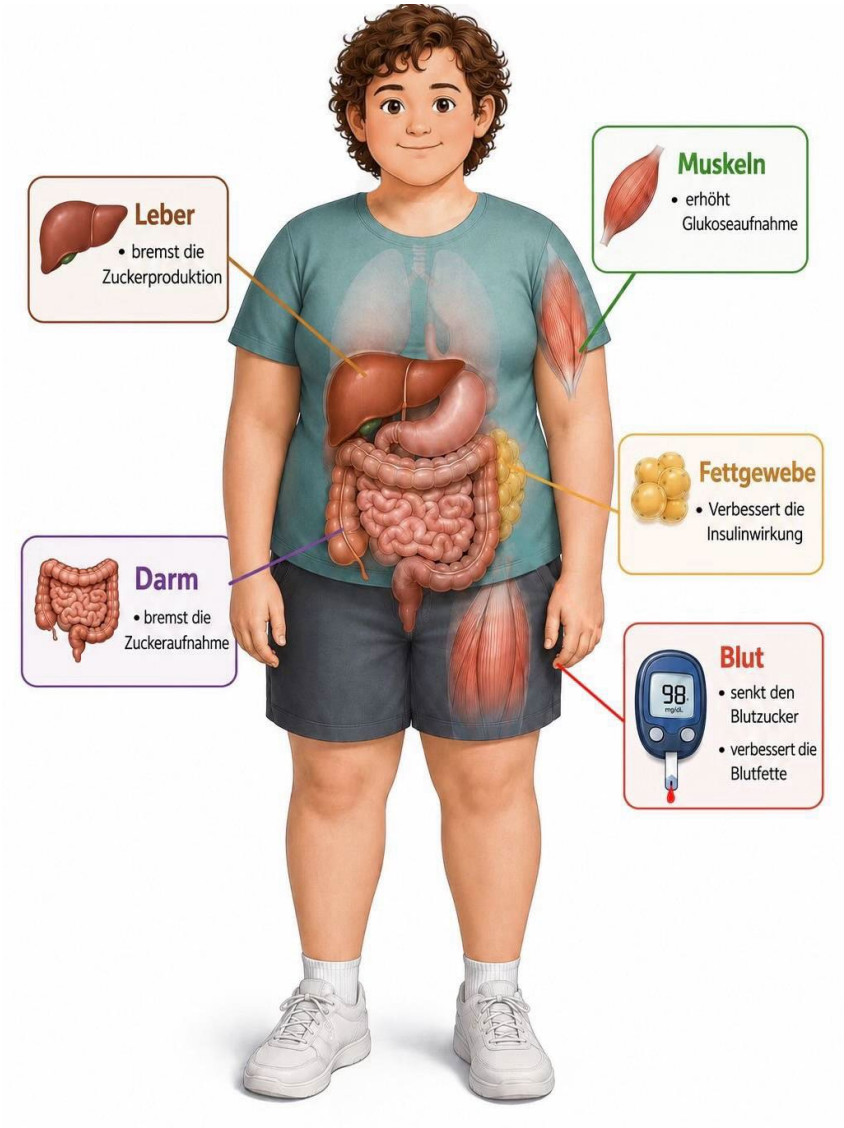

Abb. 1 - Die Wirkung von Metformin im Körper

Wie ist Metformin einzunehmen?

- Metformin wird in Form von **Tabletten** eingenommen, idealerweise **während oder direkt nach den** Mahlzeiten. Das hilft, Magen-Darm-Beschwerden zu vermeiden
- Die Tabletten sollten unzerkaut mit ausreichend Flüssigkeit geschluckt werden.

Handelsnamen und Dosisstärken

In Österreich ist Metformin unter verschiedenen Handelsnamen erhältlich, darunter:

- Metformin / 1A Pharma / Bluefish / Genericon / Hexal / ratiopharm® / Glucophage®
- Die Tabletten sind in unterschiedlichen Stärken verfügbar, meist **500 mg, 850 mg oder 1.000 mg.**
- Die Dosis wird individuell angepasst und häufig langsam gesteigert, um Nebenwirkungen möglichst gering zu halten.

Welche Nebenwirkungen können auftreten?

Besonders zu Beginn der Behandlung können Nebenwirkungen auftreten, vor allem im Magen-Darm-Bereich. Zu den häufigsten Nebenwirkungen zählen:

- Übelkeit
- Bauchschmerzen oder Völlegefühl
- Durchfall
- Appetitlosigkeit

Diese Beschwerden sind in der Regel **ungefährlich und vorübergehend.**
Die Beschwerden lassen meist nach einigen Tagen oder Wochen nach.

Eine langsame Dosissteigerung hilft, Nebenwirkungen zu reduzieren.

Bei langfristiger Einnahme kann es in seltenen Fällen zu einem Vitamin-B12-Mangel kommen, weshalb regelmäßige Kontrollen sinnvoll sind.

Achtung!

Eine sehr seltene, aber ernste Nebenwirkung ist die sogenannte Laktatazidose, eine Übersäuerung des Blutes. Sie kann auftreten, wenn sich Metformin im Körper anreichert, zum Beispiel bei:

- Eingeschränkter Nierenfunktion. Deshalb ist eine Kontrolle der Nierenwerte vor und während der Behandlung nötig.
- Schweren Infektionen,
- Starkem Flüssigkeitsverlust (z. B. durch Durchfall oder Erbrechen)
- Übermäßigem Alkoholkonsum

Was ist bei Krankheit oder Operationen zu beachten?

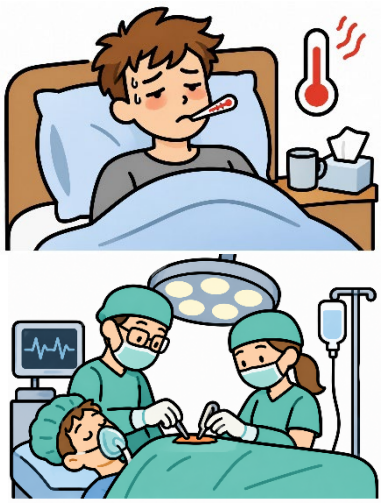

Abb. 2 - Achtung bei Krankheit u. OP

- **Bei akuten Erkrankungen mit Fieber, starkem Erbrechen oder Durchfall, sollte Metformin vorübergehend pausiert werden,** da der Körper in diesen Situationen empfindlicher reagiert.
- **Bei Operationen oder Untersuchungen mit jodhaltigen Kontrastmitteln** (z.B. Computertomographie) muss Metformin 48 Stunden vorher pausiert werden.
- Bei kleinen Eingriffen muss Metformin **nur am OP-Tag** pausiert werden. Die Wiederaufnahme erfolgt erst nach ärztlicher Anordnung. (Siehe auch Kapitel 13.67)

Besteht ein Risiko für Unterzuckerung?

Metformin allein führt **nicht zu Unterzuckerungen**, da es keine zusätzliche Insulinfreisetzung auslöst.

Wenn Metformin jedoch gemeinsam **mit Insulin** verabreicht wird, kann das Risiko für Unterzuckerungen steigen.

- Deshalb sind regelmäßige Blutzuckermessungen nötig
- Eventuell muss die Insulindosis angepasst werden

Metformin und Schwangerschaft

- Bei Mädchen im gebärfähigen Alter ist es wichtig, eine bestehende oder geplante Schwangerschaft frühzeitig mitzuteilen.
- Metformin darf in der Schwangerschaft nur nach sorgfältiger ärztlicher Abwägung eingesetzt werden.

Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten

Einige Medikamente können die Wirkung oder Verträglichkeit von Metformin beeinflussen, darunter:

- Entwässernde Medikamente
- Jodhaltige Kontrastmittel
- Manche Antibiotika (z.B. Trimethoprim)

WICHTIG

Informiere die behandelnde Ärztin oder den behandelnden Arzt immer über **alle Medikamente, die eingenommen werden**!

Auch bekanntgeben, wenn frei verkäufliche Präparate (Medikamente ohne Rezept erhältlich) oder Nahrungsergänzungsmittel eingenommen werden!

Was mache ich, wenn ich vergessen habe, meine Dosis Metformin einzunehmen?

- Wenn die letzte Einnahme vergessen wurde: nächste Dosis normal einnehmen.
  (Bei der nächsten Einnahme **NICHT die doppelte** Dosis einnehmen. Das kann zu Nebenwirkungen führen.)

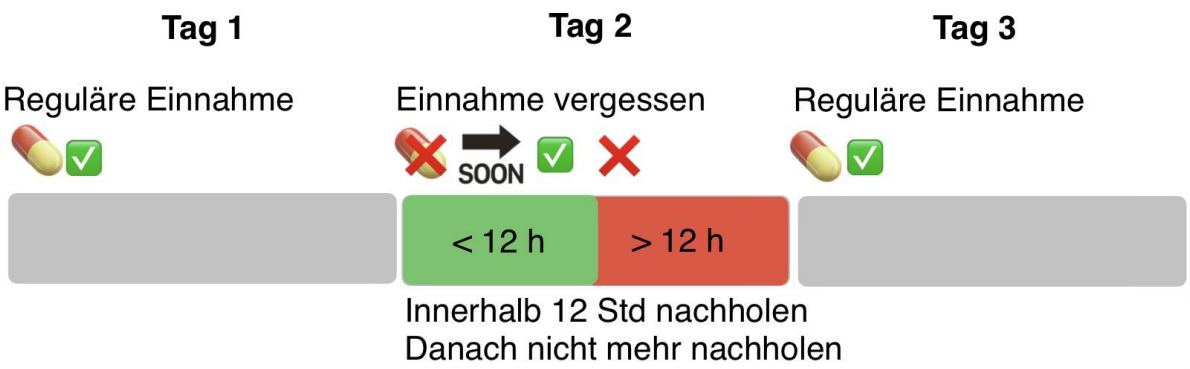

Abb. 3 - Schema zum Nachholen, wenn die Einnahme vergessen wurde

WICHTIG:

Nimm Metformin **regelmäßig ein**, um eine optimale Wirkung zu erzielen.

Was kann dir dabei helfen?

- Erinnerung am Handy
- Verwende einen Tabletten-Dispenser! Dann erkennst du gleich, ob du deine Tabletten eingenommen hast!



Abb. 4 – Eine Handy Erinnerung oder ein Tabletten-Dispenser kann für eine regelmäßige Einnahme hilfreich sein

Abbildungsverzeichnis

Abb. 1 - Die Wirkung von Metformin im Körper - Quelle: G. Berger mit ChatGPT 1
Abb. 2 - Achtung bei Krankheit u. OP - Quelle: G. Berger mit ChatGPT 3
Abb. 3 - Schema zum Nachholen, wenn die Einnahme vergessen wurde - Quelle: G. Berger mit ChatGPT 4
Abb. 4 – Eine Handy Erinnerung oder ein Tabletten-Dispenser - Quelle: G. Berger mit ChatGPT 4

Quellen

https://medikamente.basg.gv.at/documents/1-30508__DOTC_FACH_INFO.pdf

https://www.gelbe-liste.de/wirkstoffe/Metformin_21943

Notizen

Unterstützt durch den Educational Grant der Firma Insulet Austria GmbH