

Diabetestherapie auf Herz und Nieren prüfen

Die ÖDG informiert über den Zusammenhang zwischen Nieren, Herz und Diabetes

Wien am 5.12.2019 – *Die Stoffwechselerkrankung Diabetes wirkt sich auf alle Organe des menschlichen Körpers aus. In besonderem Ausmaß betroffen sind das Herz und die Nieren. Eine optimale Diabetestherapie nimmt vom ersten Tag an auf diese Organe Rücksicht und kann so auf Jahrzehnte zu einer längeren Lebenserwartung und besserer Lebensqualität beitragen.*

„Menschen mit Diabetes gelten als Hochrisikokollektiv für Herz-Kreislaufkrankungen, speziell die schleichende und chronische Herzschwäche (in der Medizin Herzinsuffizienz genannt) ist besonders tückisch, da sie lange unerkannt bleibt und die Leistungsfähigkeit und somit die Lebensqualität massiv einschränkt. Von zwei Diabetes mellitus Typ 2 PatientInnen bekommt einer im Lauf seines Lebens eine Herzinsuffizienz und gerade die Herzinsuffizienz ist viel zu oft für einen frühen Tod verantwortlich“, warnt die Präsidentin der Österreichischen Diabetes Gesellschaft, Univ. Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Alexandra Kautzky-Willer, von der Univ.-Klinik für Innere Medizin III, Abteilung für Endokrinologie und Stoffwechsel, an der Med Uni Wien und fügt hinzu: „Dabei kann eine einfache Blutuntersuchung mit Bestimmung eines Biomarkers schon früh Hinweise geben“.

Diabetes ein Herzensanliegen

Menschen, die bereits einen Herzinfarkt hatten, haben ein besonders hohes Risiko weitere Herz-Kreislaufkrankungen zu erleiden. Genauso hoch ist aber auch das Risiko von Menschen mit Diabetes. „Wir beobachten, dass die Grenzen zwischen Primär- und Sekundärprävention von Herz-Kreislaufkrankungen bei PatientInnen mit Diabetes immer mehr verschwinden. Es ist notwendig sich bei Menschen mit Diabetes genauso vorsorglich mit deren Herzgesundheit zu beschäftigen, wie bei Menschen, die bereits einen Infarkt hatten“, erklärt Assoz. Prof.ⁱⁿ Priv. Doz.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Yvonne Winhofer-Stöckl, PhD, von der Univ.-Klinik für Innere Medizin III, Abteilung für Endokrinologie und Stoffwechsel, an der Med Uni Wien und First Secretary der ÖDG.

Diabetes geht auch an die Nieren

Diabetes ist noch immer häufigste Ursache für eine Nierenersatztherapie. Die sogenannte Dialyse kostet Lebensqualität und Lebenszeit, da sie mehrmals wöchentlich durchgeführt werden muss und es keinen Urlaub von dieser Therapie gibt, denn sogar Urlaubsziele müssen nach der Möglichkeit einer Dialyse vor Ort ausgewählt werden. Eine weitere Form der Nierenersatztherapie stellt die Nierentransplantation dar; aber auch hier gilt man nachher nicht als geheilt, sondern muss lebenslang abwehrunterdrückende Medikamente einnehmen und hat ein erhöhtes Risiko für Infektionskrankheiten. Ein erster Hinweis für die Verschlechterung der Nierenfunktion ist, wenn im Harn Eiweiß gefunden wird. So zeigt sich, dass die Gefäße der Nieren nicht mehr so gut arbeiten.

Wie Herz und Nieren zusammenhängen

Ab dem Zeitpunkt, in dem Eiweiß im Harn festgestellt wird, wird auch ein Anstieg des Risikos für Herz-Kreislaufkrankungen beobachtet, denn die Gefäßschädigungen finden in beiden Organen statt. Diese Gefäßschäden entstehen direkt durch den Blutzucker aber auch durch erhöhten Blutdruck und schädliche Blutfette, die beide typische Begleiterkrankungen des Diabetes mellitus Typ 2 sind. Winhofer -Stöckl erläutert: „Zwischen Herz und Nieren herrscht ein enger Kreislauf. Das hormonelle und metabolische Zusammenspiel wirkt sich auf beide Organe aus. Oft treten erste Zeichen der Nierenschwäche mit ersten Zeichen einer Herz-Kreislaufkrankung auf. “Und leider wird ein beiden Problemen zugrundeliegender Diabetes oft erst bei Komplikationen entdeckt“ ergänzt Kautzky-Willer.

Menschen mit Diabetes können selbst zu ihrer Herz- und Nierengesundheit beitragen

Kautzky-Willer erklärt was PatientInnen selbst tun können, um ihre Gesundheit trotz der chronischen

Krankheit Diabetes möglichst lange zu erhalten: „Tägliche Bewegung, eine ausgewogene Ernährung, zum Beispiel die Umstellung auf mediterrane Kost, Gewichtsreduktion bei Übergewicht, ein guter Biorhythmus mit ausreichend Schlaf und guter Resilienz, sowie ein sofortiger Rauchstopp sind die wichtigsten Maßnahmen, die jede und jeder für sich selbst setzen kann. Hier zählt jeder Schritt! Jede Lebensstilveränderung leistet einen Beitrag zur Verringerung des Risikos von Folgeerkrankungen“.

Die ersten Jahre der Diabeteserkrankung sind entscheidend.

Eine frühe und konsequente Diabetestherapie zahlt sich aus. „Gerade in den ersten Jahren der Erkrankung, können wir durch eine konsequente Therapie die Basis für ein langes und gesundes Leben trotz Diabetes legen. Zu Beginn der Erkrankung müssen wir die Behandlung intensivieren, um Jahrzehnte danach unseren Patientinnen und Patienten Lebenszeit und Lebensqualität schenken zu können“ so Winhofer-Stöckl. Sämtliche Risikofaktoren für Herz-Kreislaufkrankungen müssen von Anfang an beobachtet und optimal eingestellt werden. Für Blutzucker, Blutfette und Blutdruck gilt es die jeweiligen Zielwerte möglichst rasch zu erreichen und dann zu behalten. Beim Blutzucker steht hier der HbA1c-Wert im Zentrum, da er als Langzeitwert besonders aussagekräftig ist.

Eine optimale Diabetesbetreuung schützt auch Herz und Nieren

Abschließend betont Kautzky-Willer: „Unser Dogma in der Therapie hat sich über die Zeit gewandelt, was auch gut an unseren neuen Leitlinien erkennbar ist: Früher war die glukozentrische Sicht im Vordergrund, dann wurde die Bedeutung der multifaktoriellen Therapie mit Beachtung aller bereits genannten Risikofaktoren (Cholesterin, Blutdruck, Blutzucker, ...) auch dank neuer Medikamente wie RAS Hemmer, Gerinnungshemmer, Statine und zuletzt PCSK9 Hemmer erkannt, und jetzt stehen wir tatsächlich am Beginn der personalisierten, individualisierten Therapie mit neuen Antidiabetika mit Zusatznutzen. Heute stehen uns Diabetesmedikamente zur Verfügung, die nicht nur den Blutzucker senken, sondern gleichzeitig auch günstige Auswirkungen auf Herz, Gefäßverkalkung oder Herzschwäche, und Nieren haben. Dies führt erwiesenermaßen zu einer höheren Lebenserwartung und besserer Lebensqualität. Das gilt aber nur, wenn eine Diabeteserkrankung rechtzeitig erkannt und konsequent behandelt wird.

Neuer Spot der ÖDG klärt über Diabetesfolgen auf

Auch in ihrem neuen Awarenessspot „Diabetes kann jeden treffen“ weist die Österreichische Diabetes Gesellschaft darauf hin, dass Diabetes fatale Folgen hat und die größte Gefahr bei Herz-Kreislaufkrankungen liegt. Die ÖDG bedankt sich bei den Sponsoren: Abbott, AstraZeneca, Boehringer Ingelheim, Lilly und Novo Nordisk, die durch ihre freundliche Unterstützung diesen Aufklärungsspot ermöglicht haben. Der neue Spot ist auf der Website der ÖDG abrufbar: www.oedg.at/1911_awarenessspot.html

Über die ÖDG

Die Österreichische Diabetes Gesellschaft (ÖDG) ist die ärztlich-wissenschaftliche Fachgesellschaft der österreichischen Diabetes-Experten und Diabetes-Expertinnen. Ordentliche Mitglieder der Gesellschaft sind Ärzte und Ärztinnen und wissenschaftlich einschlägig orientierte Akademiker und Akademikerinnen. Assoziierte Mitglieder sind Diabetesberater und Diabetesberaterinnen und Diätologen und Diätologinnen. Die Österreichische Diabetes Gesellschaft sieht es als ihre Aufgabe, die Gesundheit und Lebensqualität von Menschen mit Diabetes mellitus zu verbessern. Sie setzt sich daher für die Anliegen der Betroffenen ein. Sie fordert und fördert die stetige Verbesserung der Versorgung von Menschen mit Diabetes mellitus. Sie unterstützt die Forschung und verbreitet wissenschaftliche Erkenntnisse aller den Diabetes berührenden Fachgebiete sowohl zur Verbesserung der medizinischen Betreuung als auch zur bestmöglichen Vorbeugung von Neuerkrankungen. Informationen über die Aktivitäten der ÖDG finden Sie unter www.oedg.at

Fotos von den Expertinnen stehen Ihnen zum Download unter folgendem Link zur Verfügung:
www.publichealth.at/portfolio-items/herz-und-nieren/

Rückfragehinweis:

Public Health PR; Mag. Michael Leitner, MAS

Tel.: 01/60 20 530/91; Mail: michael.leitner@publichealth.at