

Diabetes: Früherkennung stärken

Prävention. Expertenrunde war sich einig: Aufklärung und Früherkennung mit HbA1c-Wert sind entscheidend



Martin Schaffenrath, ÖGK, Erwin Rebhandl, Mitglied des PRAEVENIRE Vorstands, Susanne Kaser, Öst. Diabetes Gesellschaft, Margit Halbfurter, Öst. Gesellschaft für Osteopathie, Martin Clodi, KH Barmherzige Brüder Linz, Marlies Gruber, forum. ernährung heute, Barbara Fisa, The Healthy Choice, Krisztina Juhasz, AK, Harald Führer, „wir sind diabetes“



Diabetes ist mittlerweile eine Volkskrankheit. In Österreich leiden rund 800.000 Menschen an einem der beiden Diabetes-Typen. 350.000 Menschen gelten als Prädiabetiker – sie haben also ein hohes Risiko, ernsthaft zu erkranken. „Wir werden in den nächsten Jahren die Millionen-Grenze überschreiten“, warnte bei dem PRAEVENIRE Gipfelgespräch auf der Alten Schafalm in Alpbach Susanne Kaser, Präsidentin der Österreichischen Diabetes Gesellschaft.

Im Rahmen einer hochkarätig besetzten Diskussion erörterten Expertinnen und Experten Fragen von Lebensstil und Ernährung, aber auch Themen wie Aufklärung und Prävention. Außerdem kamen Ebenen der Versorgung und Monitoring-Maßnahmen zur Sprache. Einigkeit herrschte darüber, wie wichtig Vorsorge und Früherkennung im Kampf gegen Diabetes sind. Schließlich kosten die Folgen von Diabetes das heimische Gesundheitssystem bereits rund vier Milliarden Euro im Jahr. Schätzungen zufolge werden sich die Kosten bis 2030 verdoppeln.

Als wichtigen Schritt erachtete die Diskussionsrunde

die Bestimmung des HbA1c-Wertes in Vorsorgeuntersuchungen, der die Zuckerbelastung der roten Blutkörperchen misst.

Immer mehr Betroffene

Susanne Kaser machte drei Grundprobleme in Österreich aus: Es gebe ein quantitatives Versorgungsproblem, gleichzeitig sei es offenkundig, dass „wir in der Prävention nicht gut genug sind.“ Außerdem ortete sie eine Versorgungslücke zwischen niedergelassenen (Haus-)Ärzten und Ambulanzen: „Wir brauchen eine zweite Ebene mit Diabetes-Spezialisten im niedergelassenen Bereich“, forderte Kaser.

Dass diese Versorgungslücke geschlossen werden müsse, sah auch Erwin Rebhandl, Hausarzt und Mitglied des PRAEVENIRE Vorstands, so. Zentrales Ziel der Versorgung müsse generell sein, „Menschen mit Prädiabetes mehr Aufmerksamkeit zu schenken und Therapieprogramme zu entwickeln, damit Patienten schon vor Ausbruch der Krankheit eine strukturierte Betreuung bekommen.“

Martin Clodi, Leiter der Abteilung für Innere Medizin im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder in Linz, wies darauf hin, dass mit den Babyboomern viele Menschen demnächst in ein kritisches Alter bezüglich Diabetesrisiko kommen: „Laut den neuesten Zahlen aus den USA sind dort 29 Prozent der über 65-Jährigen zuckerkrank, ebenso leiden 18,5 Prozent der Menschen zwischen 45 und 65 Jahren an Diabetes.“

Vor allem führte Clodi aber aus, wie unmittelbar die Zusammenhänge zwischen Diabetes, Herzinfarkten, Herzinsuffizienz und etwa Schlaganfällen sei: „50 bis 70 Prozent der Patienten mit einem akuten oder subakuten Herzinfarkt haben Diabetes. Ähnlich die Werte beim Schlaganfall. 80 Prozent der Patienten mit chronischer Herzinsuffizienz sind Diabetiker oder Prädiabetiker.“ Niemand habe „ein bisschen Zucker“, wie es oft verharmlosend heißt, sagte Clodi: „So

etwas gibt es nicht.“

Die Public-Health-Expertin Barbara Fisa sah den Schlüssel in der Prävention – und damit nicht zuletzt in der Aufklärungsarbeit. „Viele denken, Diabetes bekommt man, wenn man älter wird, als sei es etwas Schicksalhafteres“, der Zusammenhang mit Übergewicht spiele in der öffentlichen Wahrnehmung kaum eine Rolle. Im Bereich Health Literacy müsse man darum schon bei Kindern ansetzen und vermitteln, wie man sich richtig ernährt und ausreichend bewegt. Ein Schulfach Gesund-

heitswissen sei demnach, so Fisa, ein großer Wunsch, ebenso die tägliche Turnstunde in der Schule. Marlies Gruber, Ernährungswissenschaftlerin und Geschäftsführerin des „forum. ernährung heute“, regte an, über Ernährungsberatung im Rahmen der Krankenkassen und begleitende digitale Angebote nachzudenken. Aber auch in der Außer-Haus-Verpflegung, wie Gemeinschaftsverpflegung oder Gastronomie, müsse man ein Bewusstsein für bessere Ernährung schaffen. Die Frage sei: „Wie schaffen wir es, dass Menschen nicht Adipositas bekommen, dass sie ihr Gewicht halten oder abnehmen?“

sundheitsberuf verankert. Diese rechtliche Grundlage, so Halbfurter, solle aber geschaffen werden.

In der Arbeiterkammer beobachte man, dass immer mehr Menschen aufgrund von Diabetes nicht instande seien, ihre Berufe auszuüben, sagte AK-Sozialversicherungsexpertin Krisztina Juhasz: „Sie steigen frühzeitig aus dem Erwerbsleben aus. Das ist unbefriedigend und für Familien finanziell belastend. Und es erzeugt Kosten für das Sozialsystem.“

Neben Schulungen und Beratungen sieht Juhasz auch in der innerbetrieblichen Präventionsarbeit einen wichtigen Ansatzpunkt. „Gesundheitskompetenz hängt stark vom sozialen Umfeld ab“, so Juhasz. Sozial benachteiligte, armutsgefährdete Menschen haben oft keine ausreichenden persönlichen und finanziellen Ressourcen, für einen gesunden Lebensstil.

Daten als Grundlage

Ein großes Problem sah die Diskussionsrunde auch in nicht vorhandenen Daten beziehungsweise einem fehlenden Diabetesregister. Martin Schaffenrath, Verwaltungsrat der Österreichischen Gesundheitskasse, stimmte der Wichtigkeit von Daten zu: „Nur auf Basis umfassender und gut aufbereiteter Daten kann man richtige Entscheidungen treffen.“ Man müsse darüber hinaus generell überlegen, wie man besonders betroffene Bevölkerungsgruppen besser erreichen könne, um sie für Fragen des Lebensstils zu sensibilisieren.

ÖDG-Positionen

In Österreich leiden rund 800.000 Personen an Diabetes mellitus, davon etwa 90 Prozent am sogenannten „Typ 2 Diabetes“. Die Tendenz ist weiter steigend. Wird die Erkrankung nicht ernst genommen oder zu spät erkannt, drohen Fußamputation, Erblindung, Herzinfarkt, Nervenkrankungen, Nierenversagen und vieles mehr – bis hin zum Schlaganfall.

Die Therapieoptionen haben sich in den vergangenen Jahren stark verbessert. Heute ist man in der Medizin in der glücklichen Lage, personalisierte Behandlungen anzubieten. Um die rasant steigenden Diabetes-Erkrankungen effizient zu bewältigen, müssen Risikofaktoren wie Bewegungsmangel, Nikotinkonsum und Übergewicht reduziert und ein konsequentes Screening betrieben werden. Eine früh-



Susanne Kaser, Präsidentin Öst. Diabetes Gesellschaft

zeitige Therapie bei Erkennen der Erkrankung ist hierbei enorm wichtig. Daher fordert die Österreichische Diabetes Gesellschaft (ÖDG) die Aufnahme des HbA1c-Wertes in die allgemeine Vorsorgeuntersuchung, eine Ausweitung und Adaptierung des Disease Management Programms (DMP-Programm) und neben der Einführung und Implementierung eines elektronischen Diabetespasses auch ein zentrales österreichweites Diabetes-Register.

WILDBILD: HERBERT FROHNER

Helfen und begleiten

„Vor allem junge, erkrankte Kinder, brauchen früh eine gute Ausbildung, damit sie mit ihrem Diabetes besser zurecht kommen“, schilderte Harald Führer, Präsident der Dachorganisation der Diabetes Selbsthilfe Österreich „wir sind diabetes“. Hingegen sehe man bei Älteren Erfolge, wenn man ihnen mehr Verantwortung gebe. Bei Erwachsenen mangle es schlicht an Bewusstsein für Risiken, so Führer. Jedenfalls brauche es eine Basisversorgung für Selbsthilfegruppen.

Dass auch die Osteopathie Beiträge im Kampf gegen Diabetes leistet, betonte Margit Halbfurter, Präsidentin der Österreichischen Gesellschaft für Osteopathie. „Wir heilen nicht, aber wir begleiten und unterstützen“, sagte sie. Mit Osteopathie könne man helfen, etwa Wundheilungsstörungen zu beheben. Osteopathie ist allerdings bislang nicht als Ge-