

# Belastungsprobe für Beziehungen

Diabetes mellitus bestimmt den Alltag der Betroffenen, aber auch den ihrer engsten Angehörigen. Denn die chronische Stoffwechselerkrankung erfordert ein Leben lang **Aufmerksamkeit** an 365 Tagen im Jahr.

**M**enschen mit Diabetes Typ 1 müssen mehrmals täglich ihren Blutzucker kontrollieren und Insulin spritzen. Bei Diabetes Typ 2 steht die Medikamenteneinnahme kombiniert mit Therapiebegleitenden Maßnahmen im Vordergrund. Die Partner nehmen daran häufig großen Anteil, unterstützen und motivieren. Manche Menschen mit Diabetes sprechen gar von einer Art „Dreiecksbeziehung“, die sie gemeinsam mit ihren Liebsten und dem Diabetes führen.

**Gemeinsam gesünder und aktiver leben** Eine Person mit „Diabetes Typ F“ ist ein Freund oder familiärer Angehöriger eines an Diabetes mellitus erkrankten Menschen. Die Bezeichnung drückt aus, wie sehr sie sich mit dem ihnen nahestehenden Betroffenen und seiner Stoffwechselerkrankung identifizieren. Das trifft besonders auf die Lebens- und Ehepartner zu. „Das gemeinsame Leben mit Diabetes kann sowohl positive als auch negative Aspekte haben“, sagt Professor Dr. med. Thomas Haak, Vorstandsmitglied von diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe und Chefarzt des Diabetes Zentrums Mergentheim. „Manche Paare nehmen die Erkrankung zum Anlass, gemeinsam einen gesünderen Lebenswandel einzuschlagen und mehr auf Ernährung und Bewegung zu achten.“

**Mittelmaß bei Sorgen und Unterstützung finden** Im Rahmen der lebenslang notwendigen Therapie können sich aber auch Sorgen und Konflikte ergeben. Manche Menschen mit Diabetes wünschen sich vom Partner mehr Unterstützung. Nicht selten sei aber auch das Gegenteil der Fall, erläutert Professor Haak: „Stoffwechselgesunde Partner können Menschen mit Diabetes mit zu viel Fürsorge erdrücken und regelrecht bevormunden.“ Wenn Depressionen oder andere Begleit- und Folgeerkrankungen auftreten, kann das zur Zerreißprobe für die gemeinsame Zukunft werden.

**Konfliktthema Sexualität** „Offene Kommunikation und die Bereitschaft, aufeinander zuzugehen, sind die Schlüssel, um solche krisenhaften Phasen in einer Lebensgemeinschaft zu bewältigen“, erklärt Professor Haak. Wer den Partner an seiner Krankheit beteiligt, ihm erklärt, wie viel Selbstbestimmung oder Fürsorge er sich wünscht, schafft gute Voraussetzungen für eine entspannte Beziehung. Gleiches gilt für den gesunden Partner. Auch über das Thema Sexualität sollten Paare offen miteinander sprechen. Denn Männer und Frauen mit Diabetes können an sexueller Unlust oder Impotenz leiden.

**Eventuell Dritten einbeziehen** Professor Haak betont: „Menschen

mit Diabetes und ihre Partner sollten sich nicht scheuen, ihren Diabetologen mit einzubeziehen, wenn sie krankheitsbedingte Sorgen haben. Für manche sexuelle Störung zum Bei-

## WEITERE INFORMATIONEN

**diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe**  
Bundesgeschäftsstelle  
Reinhardtstraße 31  
10117 Berlin  
Tel.: 0 30/2 01 67 70  
Fax: 0 30/20 16 77 20  
E-Mail: info@diabetesde.org  
Internet: www.diabetesde.org  
oder

www.deutsche-diabetes-hilfe.de



spiel gibt es wirksame Behandlungsmethoden und manch ein Beziehungsknoten löst sich mit Hilfe eines Dritten leichter.“ ■

*In Zusammenarbeit mit  
diabetesDE –  
Deutsche Diabetes-Hilfe*