

Folgeerkrankung Demenz

In Deutschland leben derzeit etwa 1,5 Millionen Menschen mit Demenz. Bei Menschen mit Typ-2-Diabetes finden sich Demenzen nahezu **doppelt so häufig** wie bei jenen ohne die Stoffwechselerkrankung.

Risikofaktoren sind schwere Unterzuckerungen, aber auch ein chronisch zu hoher Blutzuckerspiegel, außerdem unbehandelter Bluthochdruck und Bewegungsmangel.

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



Zur Vorbeugung sollten Menschen mit Diabetes intensiver zur Vermeidung von Unterzuckerungen geschult und zu mehr Bewegung angeregt werden. Besonders bei diabeteskranken Senioren senken Hirnleistungsstörungen und der damit einhergehende Verlust von Autonomie und Selbstbestimmung deutlich

die Lebensqualität. Demenz muss daher stärker in den Fokus der Diabetesforschung, der Diabetesbehandlung und -schulung rücken.

Neben Alzheimer verschiedene weitere Demenz-Formen bekannt

Etwa 15 Prozent der Demenzen sind vorwiegend auf Gefäß-Risikofaktoren zurückzuführen. Die Mehrheit von circa 60 Prozent der Demenzen sind degenerative Demenzen. Davon ist die Alzheimer-Demenz die bekannteste. Weitere 15 Prozent sind Mischtypen, zehn Prozent sind besondere Demenzformen. „In den letzten Jahren konnte mehrfach gezeigt werden, dass schwere Hypoglykämien bei Menschen mit Diabetes das spätere Auftreten von Demenzen fördern“, sagt der Chefarzt der Klinik für Innere Medizin, Altersmedizin und Palliativmedizin der medius Klinik Ostfildern-Ruit Privatdozent Dr. med. Dr. Univ. Rom Andrej Zeyfang.

Auf gute Stoffwechseleinstellung, Ernährung und Lebensstil achten

Beeinträchtigungen der Hirnleistungen machen es schwierig, Menschen mit Demenz und Diabetes erfolgreich zu behandeln. Denn 99 Prozent der Therapiezeit sind Menschen mit Diabetes auf sich gestellt und müssen ihre Stoffwechselerkrankung selbständig „managen“.

„Aus diesem Grund muss das Vermeiden von Unterzuckerungen ein wichtiges Thema in Diabetesschulungen sein“, betont Dr. Zeyfang. Neben einem schlecht eingestellten Blutzuckerspiegel begünstigen auch Bewegungsmangel, Bluthochdruck, Depression, niedriger Bildungsgrad oder Rauchen eine Demenzentwicklung. Demgegenüber gelten mediterrane Ernährung, sehr mäßiger Alkoholkonsum und Nikotinkarenz als Schutzfaktoren. „Das Vermitteln eines gesunden Lebensstils, vor allem mehr Bewegung und ausgewogene Ernährung, fällt vor dem Hintergrund des Ziels ‚Erhalt der Hirnleistung‘ in der Schulungssituation insbesondere für Menschen mit Typ 2-Diabetes leichter“, erklärt Dr. med. Jens Kröger, Vorstandsvorsitzender von diabetesDE. „Dieses Ziel kann eine zusätzliche Motivation sein.“ ■

*In Zusammenarbeit mit
diabetesDE –
Deutsche Diabetes-Hilfe*



**Lesen Sie
zu Schulungen
für Diabetiker
online weiter!**