
Humanika
Leben, wie ich bin
INFOBLATT
DIABETES MELLITUS

1 DEFINITION

Diabetes mellitus ist eine langanhaltende Stoffwechselerkrankung, bei der der Körper Schwierigkeiten hat, den Blutzuckerspiegel selbstständig zu regulieren.
Es gibt zwei Hauptformen: Typ 1 und Typ 2.

Typ 1 ist eine Autoimmunerkrankung, bei der die Insulin produzierenden Zellen der Bauchspeicheldrüse zerstört werden, wodurch der Körper kein eigenes Insulin mehr produziert. Menschen mit Typ-1-Diabetes müssen ihr fehlendes Insulin durch Injektionen zuführen. Diese Form tritt oft im Kindes- oder Jugendalter auf.

Typ 2 tritt auf, wenn der Körper nicht mehr ausreichend auf das von der Bauchspeicheldrüse produzierte Insulin reagiert. Übergewicht und ungesunde Ernährung gelten als Hauptursachen, obwohl auch genetische Faktoren eine Rolle spielen können. Beide Typen sind nicht heilbar, aber Typ 2 kann oft mit Gewichtsabnahme und einer gesunden Ernährung gut behandelt werden, wodurch Medikamente oder Insulin lange Zeit vermieden werden können.

2 WIE FUNKTIONIERT DER GESUNDE ZUCKERSTOFFWEHCSEL?

Wenn Kohlenhydrate („Zucker“) durch den Magen aufgenommen werden, steigt der Blutzuckerspiegel an. Die Bauchspeicheldrüse reagiert daraufhin, indem sie Insulin ausschüttet. Dieses Insulin wirkt wie ein Schlüssel, der die Zellen öffnet, damit sie den Zucker aufnehmen und daraus Energie gewinnen können.

3 WAS PASSIERT BEI ÜBERGEWICHTIGEN PERSONEN

Eine große Menge an kohlenhydratreicher Nahrung gelangt durch den Magen, was zu einem starken Anstieg des Blutzuckerspiegels führt. Als Reaktion darauf setzt die Bauchspeicheldrüse Insulin frei. Aufgrund von Diabetes reagieren jedoch nicht alle Zellen angemessen auf das Insulin. Dies führt dazu, dass nicht genügend Zellen sich öffnen, um den Zucker zu verarbeiten, was wiederum den Blutzuckerspiegel nicht ausreichend senkt. In solchen Fällen ist eine medikamentöse Behandlung erforderlich, entweder durch die Einnahme von Tabletten oder durch Insulinspritzen.

4 WAS PASSIERT, WENN EINE PERSON MIT DIABETES TYP 2 ABNIMMT?

Eine Gewichtsabnahme und eine ausgewogene Ernährung tragen dazu bei, dass der Anstieg des Blutzuckerspiegels nach dem Verzehr von Kohlenhydraten („Zucker“) weniger stark ausfällt. Selbst wenn das Insulin nicht optimal wirkt, können dennoch ausreichend Zellen geöffnet werden, um den Zucker zu verarbeiten, was wiederum zu einem Absinken des Blutzuckerspiegels führt.

5 WIE ERKENNE ICH EINEN DIABETES MELLITUS?

Die Überprüfung des Blutzuckerspiegels kann den Verdacht auf eine Diabeteserkrankung bestätigen. Wenn Ihr nüchterner Blutzuckerspiegel über 126 mg/dl (Milligramm pro Deziliter) liegt, ist es ratsam, einen Arzt aufzusuchen, um festzustellen, ob Diabetes vorliegt.

6 NOTFALLSITUATIONEN

In beiden Situationen handelt es sich um einen akuten Notfall, der lebensbedrohlich sein kann. Daher sollten Diabetiker und auch ihre Angehörigen und Freunde die Anzeichen von Unter- oder Überzuckerung erkennen und wissen, wie sie angemessen reagieren können. Leichte Schwankungen können oft von den Betroffenen selbst reguliert werden. In schwereren Fällen ist jedoch die Hilfe anderer erforderlich.

7 ANZEICHEN EINER ÜBERZUCKERUNG

- starker Durst
- Schwindel
- verminderte Sehschärfe
- Verwirrtheit
  ständiger Harndrang
- Atemprobleme
- Bewusstlosigkeit
- trockener Mund
- gesteigerter Appetit
  Müdigkeit, Kraftlosigkeit

MASSNAHME:

Es ist notwendig, den Blutzuckerspiegel zu messen. Liegt der Wert über 250 mg/dl (14 mmol/l), deutet dies auf eine Überzuckerung hin. In einem solchen Fall sollte Insulin gemäß dem verordneten Schema verabreicht werden. Falls kein Insulin verfügbar ist, sollte sofort ein Notruf abgesetzt oder ein Krankenhaus aufgesucht werden. In der Zwischenzeit ist es wichtig, viel Flüssigkeit zu sich zu nehmen, wie Wasser, ungesüßten Tee oder besonders geeignete Brühe).

8 ANZEICHEN EINER UNTERZUCKERUNG

- Kalter Schweiß, Blässe
- Herzrasen
- Kopfschmerzen
- Krampfanfall
- Sprachstörung
- Bewusstlosigkeit
- Heißhunger
- Konzentrationsstörung
- Übelkeit, Erbrechen
- Orientierungsstörungen
- Sehstörung

MASSNAHME:

Es ist wichtig, den Blutzuckerspiegel zu überprüfen. Wenn der Wert unter 65 mg/dl (3,64 mmol/l) liegt, deutet dies auf eine Unterzuckerung hin. In solchen Fällen sollten schnell wirkende Kohlenhydrate wie Traubenzucker, Gummibärchen, Limonade oder Fruchtsäfte verabreicht werden. Es ist besser, etwas mehr zu geben als zu wenig.

9 ACHTUNG

Wenn die Person bewusstlos ist, niemals Essen oder Trinken durch den Mund geben, da dies zu Erstickungsgefahr führen kann. Stattdessen sofort einen Notruf absetzen und die Person in die stabile Seitenlage bringen. Einige Diabetiker haben ein Glukagon-Notfall-Set zur Injektion in einen Muskel oder das Unterhautfettgewebe.

10 KONTROLLTERMINE WAHRNEHMEN!

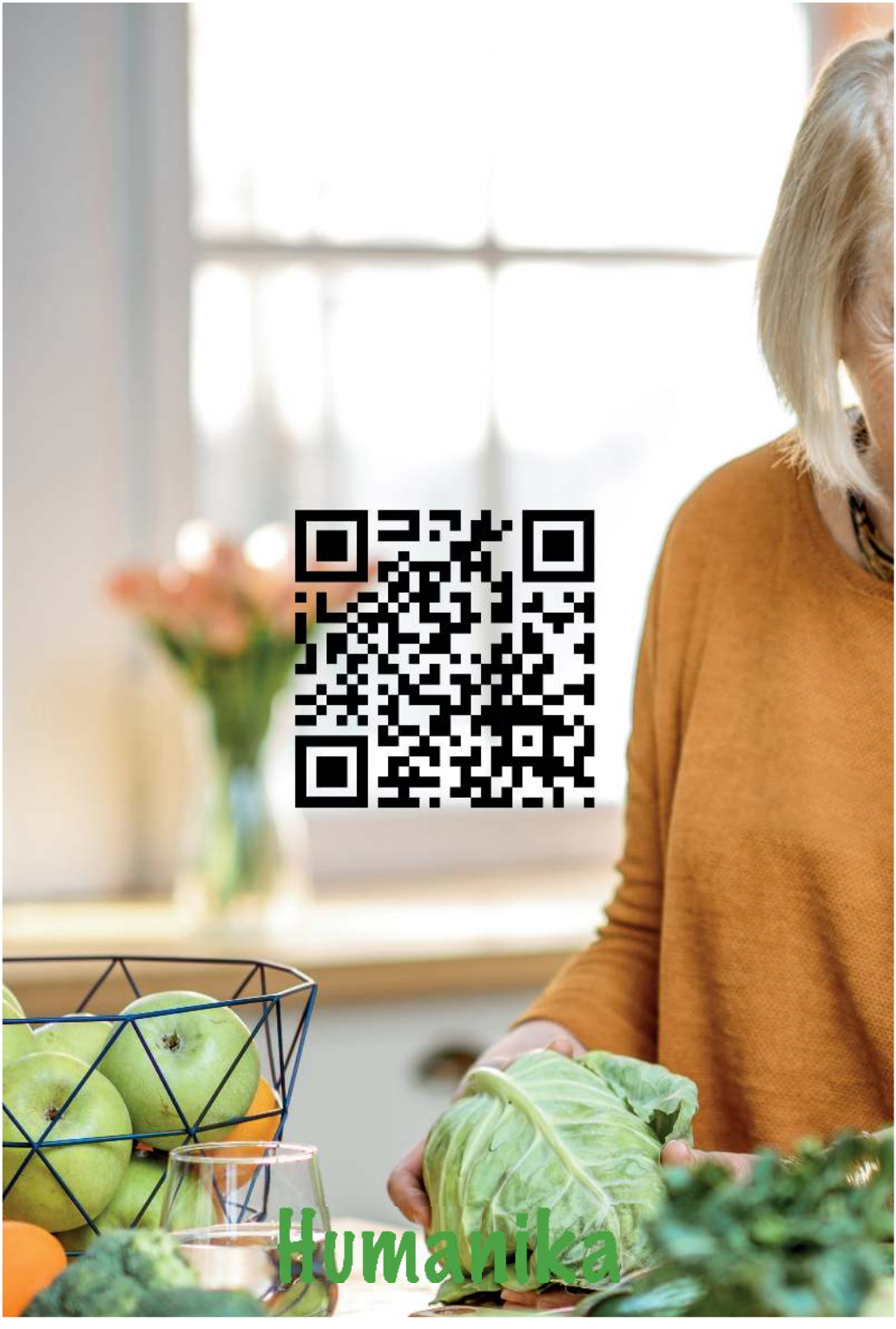
Diabetes kann zu Folgeerkrankungen führen, insbesondere bei unkontrollierten Blutzuckerspiegeln. Regelmäßige Untersuchungen wie Augen-, Nieren- und Fußchecks sowie Blutdruck- und Langzeitblutzuckermessungen sind wichtig, um Komplikationen frühzeitig zu erkennen. Zahnkontrollen sind ebenfalls ratsam, da Diabetes das Risiko für Zahnprobleme erhöht. Zusätzlich sollten Herz- und Arterienchecks sowie Cholesterinmessungen erfolgen, da Diabetes das Risiko für Gefäßerkrankungen erhöht.

FÜR WEITERE FRAGEN STEHEN WIR IMMER GERNE ZUR VERFÜGUNG!

FÜR WEITERE FRAGEN STEHEN WIR IMMER GERNE ZUR VERFÜGUNG!

0231 – 58 68 78 0
WWW.HUMANIKA-WOHNEN.DE
Humanika Pflegedienst GmbH
Zollhof 30, 40221 Düsseldorf




Humanika