

Liebe Leserin, lieber Leser!

Der Begriff »Diabetes mellitus« stammt aus dem Griechischen und bedeutet »honigsüßer Durchfluss«. Das Symptom des verzuckerten Urins ist schon antiken Ärzten aufgefallen. Heute ist dies jedoch lediglich ein Spätsymptom bei der Erstmanifestation eines Diabetes oder ein Zeichen einer wirklich sehr schlechten Blutzuckereinstellung.

Medizinstatistiker beobachten seit Beginn der ersten Erhebungen in den 60er-Jahren einen kontinuierlichen Anstieg der Erkrankungen in der deutschen Bevölkerung. Aktuell sind etwa 6,7 Millionen Menschen in Deutschland an Diabetes mellitus erkrankt, darunter etwa zwei Millionen, die noch nichts von ihrer Erkrankung wissen. Etwa 95 Prozent leiden an Diabetes Typ 2 (Deutscher Gesundheitsbericht Diabetes 2018). Während Typ-1-Diabetes durch die schnelle Entwicklung der Symptome bei praktisch völligem Erliegen der Insulinproduktion rasch entdeckt wird, kann es wegen des anfänglichen Fehlens von Symptomen beim Typ-2-Diabetes durchaus Jahre bis zur Diagnosestellung dauern. Wir dürfen daher beim Typ-2-Diabetes von einer beachtlichen Dunkelziffer ausgehen. Legt man das Kriterium einer gestörten Glukosetoleranz (es liegt noch kein richtiger Diabetes vor, aber eine größere Zuckermenge kann nicht mehr normal verstoffwechselt werden) zugrunde, so weist bereits jeder Dritte über 45 Jahren mindestens das Vorstadium eines Diabetes auf. Doch uns sollen hier weniger die statistischen und sozialmedizinischen Aspekte dieser »honigsüßen Krankheit mit dem bitteren Nachgeschmack« interessieren. Vielmehr soll hier aufgezeigt werden, was jeder Einzelne Betroffene oder Gefährdete selbst tun kann, um dieser Krankheit Herr zu werden.

Viel Spaß beim Lesen und viel Erfolg wünscht Ihnen herzlichst Ihr

Dr. Volker Schmiedel

Baar, September 2021