

Die "unbekannten" Diabetes-Folgen

Viele Diabetiker leiden an Gesundheitsproblemen, die zwar häufig sind, deren Zusammenhang mit der Zuckerkrankheit aber oft wenig bekannt ist

Wenn von Gesundheitsproblemen im Zusammenhang mit Diabetes die Rede ist, denkt fast jeder sofort an Herzinfarkt, Augenerkrankungen oder Nierenschäden. Und bestimmt nicht an eine schmerzende Schulter, nächtliche Atemstillstände oder Knoten in der Brust. Dabei sind diese und zahlreiche weitere Begleiterkrankungen des Diabetes sogar recht häufig. Allerdings werden sie oft erst spät erkannt und behandelt, da der Zusammenhang mit der Zuckerkrankheit nicht auf der Hand liegt.

Der Diabetes und seine Begleiterkrankungen können auf unterschiedliche Weise in Verbindung stehen. Typische "Bindeglieder" zwischen der Zuckerkrankheit und anderen Leiden sind hohe Blutzuckerwerte, Übergewicht und andere Ausprägungen des Metabolischen Syndroms, Schäden an den Nerven sowie Fehlsteuerungen des Immunsystems.

Gefäßschäden durch hohen Zucker

Ohne Insulin – oder wenn das Insulin, wie bei Typ-2-Diabetes häufig, wegen einer Unempfindlichkeit der Zellen nicht richtig wirken kann – gelangt der mit der Nahrung aufgenommene Zucker nicht in die Körperzellen. Stattdessen kreist er als gelöster Zucker im Blut durch Adern und Gewebe. Ein phasenweise oder dauerhaft erhöhter Zuckerspiegel kann vielfältige negative Auswirkungen haben.

So glauben Experten beispielsweise, dass die **Schultersteife** („Frozen Shoulder“) – ein Gelenkleiden, das bei Diabetikern gehäuft auftritt – durch Zuckermoleküle verursacht wird, die sich an Bindegewebsfasern haften. Eine Verzuckerung des Bindegewebes wird auch als Ursache der **Cheiropathie** (diabetesbedingte Fingersteife) vermutet: Die elastischen Fasern in den Gelenkkapseln verdicken sich allmählich, erstarren und schränken die Fingergelenke mehr und mehr ein.

Leben Diabetiker über viele Jahre mit schlecht eingestellten Blutzuckerwerten, steigt ihr Risiko für manche Erkrankungen zusätzlich: Erhöhte Zuckerspiegel bieten zum Beispiel Pilzen einen optimalen Nährboden. Das ist einer der Gründe, warum sich Frauen mit Diabetes häufiger mit **Scheidenpilzen** infizieren. Auch **Gerinnsel** bilden sich vermehrt in „verzuckerten“ Gefäßen. Sie können die Blutbahnen verstopfen und Thrombosen, aber auch Gefäßkomplikationen wie einen Herzinfarkt, Schlaganfall oder eine Lungenembolie auslösen.

Aber auch bei der diabetischen **Magenlähmung** (Gastroparese) die Steuerung der Muskelkontraktionen des Magens beeinträchtigt, wodurch dieser sich nicht mehr richtig entleeren kann. Auch die typischen Beschwerden einer **Blasenschwäche** können im Rahmen eines Diabetes entstehen, wenn Nerven, die die Blasenentleerung steuern, beeinträchtigt sind. Ärzte sprechen dann von einer diabetischen Zystopathie. Für manche Erkrankungen ist zwar eine Verbindung mit Diabetes nachgewiesen, aber die Gründe dafür liegen noch im Dunklen. So ist etwa der Zusammenhang zwischen Diabetes und **Osteoporose** schon lange bekannt. Wissenschaftler haben nachgewiesen, dass Typ-1-Diabetiker – Frauen und Männer – ein höheres Risiko für Knochenbrüche haben als Gesunde, und zwar aufgrund einer erniedrigten Knochendichte. Wie der Diabetes die Knochendichte beeinflusst, ist aber nach wie vor nicht geklärt.