

Diabetes: auf ein gesundes Herz achten

BERLIN – Mehr als drei Viertel aller Menschen mit Diabetes sterben an akuten Gefäßverschlüssen, vor allem an Herzinfarkt. Denn Diabetes mellitus zieht das Herz und die Blutgefäße in Mitleidenschaft. Zum Weltherztag am 29. September 2015 rät das IPF: Diabetiker sollten ein- bis zweimal im Jahr ihre Blutfettwerte bestimmen und ihre Gefäße untersuchen lassen.

Risikofaktor Arteriosklerose

Ob Typ 1 oder Typ 2 – von allen Betroffenen sterben die meisten an einem Herzinfarkt. Mediziner gehen davon aus, dass ihr Risiko ebenso hoch liegt wie bei Nicht-Diabetikern, die bereits einen Herzinfarkt hatten. Bei Letzteren steigern die Schäden am Herzmuskel nach dem ersten Infarkt das Risiko, dass das Herz erneut versagt. Bei Diabetes-Patienten verengen Ablagerungen die Blutgefäße am Herzen (Arteriosklerose) früher und schreiten rascher fort als bei gesunden Menschen. Verschließen diese sich völlig, wird der Herzmuskel nicht mehr ausreichend mit Blut versorgt – es kommt zum Infarkt.

Labortests helfen bei Diagnose und Prävention

Da sich nicht jeder Infarkt eindeutig auf einem EKG zeigt, nutzen Mediziner auch sogenannte kardiale Biomarker. Aus einer Blutprobe bestimmen sie Eiweiße und Enzyme, die der Organismus ins Blut abgibt, wenn Herzmuskelzellen geschädigt werden. Dazu gehören Troponin und Kreatinkinase (CK-MB). Auch bei der Prävention von Herzerkrankungen und -infarkten spielen Laborwerte eine wichtige Rolle: Je besser der Blutzucker eingestellt ist, desto weniger schädigt die Krankheit die Gefäße. Auch der Fettstoffwechsel muss gut reguliert werden – zu viel LDL- und HDL-Cholesterin sowie Triglyzeride lassen die Gefäße verkalken. Mit Medikamenten kann der Arzt die Werte günstig beeinflussen. Zusätzlich können Diabetiker mit konsequenter Blutzuckerselbstmessung, gesunder Ernährung und regelmäßiger Bewegung ihre Zucker- und Fettstoffwechselwerte verbessern.

Weitere Informationen enthalten der IPF-Fokus „Diabetes“ sowie die Faltblätter „Volkskrankheit Diabetes“ und „Herz-Kreislauf-Erkrankungen auf der Spur“. Sie können kostenlos unter www.vorsorge-online.de heruntergeladen werden. Wer keinen Internetanschluss hat, kann das Faltblatt auch schriftlich bestellen beim IPF-Versandservice, Postfach 27 58, 63563 Gelnhausen. Dabei unbedingt den Titel des IPF-Faltblatts angeben, Namen und vollständige Adresse.

Das Infozentrum für Prävention und Früherkennung (IPF) informiert die Öffentlichkeit über bestehende Möglichkeiten der Krankheitsvorsorge durch Laboruntersuchungen. Seit über 15 Jahren veröffentlicht das IPF in Zusammenarbeit mit anerkannten Experten Broschüren und Faltblätter zu einzelnen Krankheiten und deren Früherkennung. Diese Veröffentlichungen können kostenlos angefordert werden. Das IPF wird vom Verband der Diagnostica-Industrie (VDGH) unterstützt. Seine Neutralität wird durch einen wissenschaftlichen Beirat gewährleistet, dem erfahrene Ärzte angehören. Weitere Informationen erhalten Sie unter www.vorsorge-online.de

AUSGABEDATUM
21.09.2015

RÜCKFRAGEN AN
Julia Valtwies
Redaktionsleiterin
T 030-200 599 48
presse@vorsorge-online.de
www.vorsorge-online.de

twitter.com/vorsorgeonline