



Diabetes und diabetische Neuropathie

Zahlen und Fakten

Nach aktuellen Zahlen leben in Deutschland rund 7,5 Millionen Menschen mit der Diagnose Diabetes. Mindestens weitere 2 Millionen haben einen Diabetes – wissen es aber noch nicht.¹

Ursachen und Häufigkeit der diabetischen Neuropathie

Die diabetische Neuropathie ist eine der häufigsten Folgeerkrankungen des Diabetes. Mehr als jeder dritte Mensch mit Diabetes in Deutschland entwickelt diese Nervenschädigung, die sich durch Empfindungsstörungen wie Kribbeln, Brennen, Taubheit oder Schmerzen in den Füßen bemerkbar machen kann. Aber auch bereits im Stadium des Prädiabetes kann sich diese diabetesbedingte Nervenschädigung entwickeln: Etwa 24 % der Menschen mit Prädiabetes weisen eine Neuropathie auf.² Eine gefürchtete Komplikation ist das Diabetische Fußsyndrom (DFS), bei dem es aufgrund von Durchblutungsstörungen zu schlecht heilenden Wunden und Geschwüren kommt, die aufgrund des verminderten Schmerzempfindens bei einer Neuropathie häufig nicht bemerkt und unterschätzt werden. Erschreckend: Das Diabetische Fußsyndrom führt bei ca. 2 - 10 Prozent aller Diabetiker zu einer Amputationen.³

Symptome bei diabetischer Neuropathie

Es gibt verschiedene Formen der diabetischen Neuropathie. Die häufigste ist die distal symmetrische sensible oder sensomotorische Form, bei der sich beidseits Nervenschädigungen in Form von Schmerzen oder Gefühlsstörungen an den Füßen zeigen. Die proximale asymmetrische motorische Variante macht sich in isolierten Muskellähmungen, zum Beispiel an den Oberschenkeln, bemerkbar. Bei der selteneren Mononeuropathie ist ein einzelner Nerv befallen, der zum Beispiel zu Augenmuskellähmungen führen kann. Schließlich gibt es noch die autonome Neuropathie, bei der innere Organe wie z.B. Herz-Kreislauf-System oder Magen-Darm- und Urogenital-Trakt betroffen sind.



Vorbeugende Maßnahmen gegen diabetische Neuropathie

Das Wichtigste gegen diabetesbedingte Folgeerkrankungen und Komplikationen ist eine gute Blutzuckereinstellung. Deshalb ist es neben einer gesunden Lebensführung mit einer ausgewogenen Ernährung und ausreichend Bewegung notwendig, gezielt seinen Blutzucker zu messen und zu dokumentieren, vor allem auch nach den Mahlzeiten. Die tägliche Fußinspektion ist notwendig, um frühzeitig Verletzungen oder Druckstellen zu erkennen. Mindestens einmal pro Jahr sollten sich Diabetiker auf Anzeichen einer diabetischen Neuropathie beim Arzt untersuchen lassen. Mit einfachen und schmerzfreien Basis-Untersuchungen kann der behandelnde Arzt prüfen, ob bereits Schädigungen der Nerven vorliegen.

Quellen:

¹ Jacobs E, Rathmann W. Deutscher Gesundheitsbericht Diabetes 2019: 9-21.

² Ziegler D. Deutscher Gesundheitsbericht Diabetes 2019: 92-101

³ Lawall H, Lobmann R. Deutscher Gesundheitsbericht Diabetes 2019: 66-75