

Die Zahl der Diabetes-Kranken steigt weltweit. Darauf macht der Welt-Diabetestag aufmerksam. Diabetiker haben ein doppelt erhöhtes Schlaganfall-Risiko. Wir sagen Ihnen, worauf Sie achten sollten.

Diabetes-Erkrankungen vom Typ-2 werden im Schnitt 10 Jahre zu spät diagnostiziert, so wird geschätzt. Mit "Typ-2" wird jener Erkrankungstyp bezeichnet, der in der Regel lebensstilbedingt ist, durch ungesunde Ernährung und mangelnde Bewegung. Wird die Erkrankung rechtzeitig erkannt, kann man den Folgeschäden und weiteren Risiken wie dem Schlaganfall besser vorbeugen.

Wer regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen in Anspruch nimmt, macht schon viel richtig. Gesetzlich Krankenversicherten über 35 steht alle zwei Jahre der kostenlose [Check Up 35](#) zu. Dazu zählt unter anderem ein Blutbild, bei dem auch der Blutzuckerspiegel erhoben wird. Einen einfachen Blutzuckertest bieten auch viele Apotheken an.



Der Diabetes Typ-2 entwickelt sich langsam und unauffällig, deswegen werden die Symptome häufig nicht wahrgenommen oder falsch gedeutet. Symptome, die auf einen Diabetes hindeuten können, sind:

- übermäßiger Durst
- häufige Toilettengänge
- Konzentrationsstörungen und Müdigkeit
- verschwommenes Sehen
- Juckreiz
- schlecht heilende Wunden und Anfälligkeit für Infektionen

Sollten Sie solche Symptome bei sich wahrnehmen, zögern Sie nicht. Machen Sie gleich einen Termin bei Ihrem Hausarzt!

Diabetes und Aufklärung

Für den Stoffwechsel benötigt der Körper das Hormon Insulin, das in der Bauchspeicheldrüse produziert wird. Bei Diabetikern ist diese Funktion gestört, sie müssen sich das Insulin künstlich zuführen. Weltweit leiden schätzungsweise mehr als 400 Millionen Menschen an Diabetes. In Deutschland sind etwa 7 Millionen Krankenversicherte als Diabetiker identifiziert, die Dunkelziffer ist vermutlich höher.

Der Welt-Diabetestag wird seit 1991 begangen. Alljährlich rufen die Weltgesundheitsorganisation (WHO) und die Vereinten Nationen am 14. November zu mehr Aufklärung auf. Der 14. November ist der Geburtstag des kanadischen Arztes Frederick G. Banting. Er hat 1921 das lebenswichtige Insulin entdeckt.

Letzte Aktualisierung: 20. November 2017