

BKK Dachverband e.V.

Mauerstraße 85

10117 Berlin

[www.bkk-dv.de](http://www.bkk-dv.de)

**Sarah Kramer**

Referentin Kommunikation

Tel.: (030) 2700406-304

E-Mail: [sarah.kramer@bkk-dv.de](mailto:sarah.kramer@bkk-dv.de)

Berlin, 14. November 2018

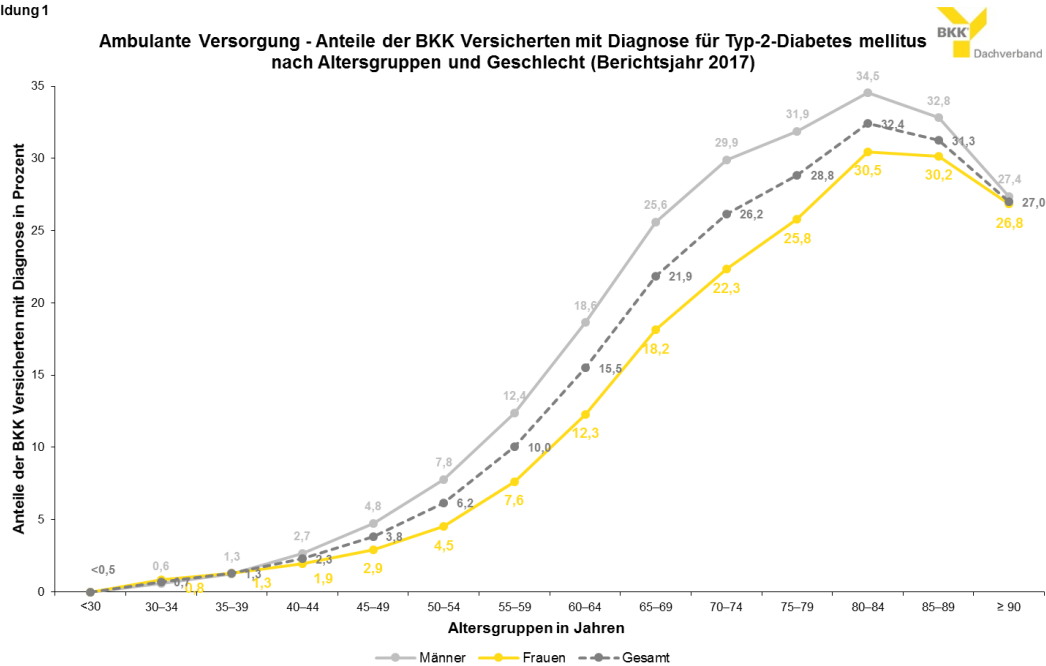
## **BKK Dachverband: Zahlen und Fakten zum Weltdiabetestag am 14. November**

Von der umgangssprachlichen „Zuckerkrankheit“ - medizinisch als Diabetes mellitus bezeichnet - ist mittlerweile ein großer Teil der Weltbevölkerung betroffen. So schätzt die International Diabetes Federation (IDF) die Zahl der Betroffenen weltweit auf etwa 425 Millionen Erwachsene (20 – 79 Jahre), etwa jeder elfte Erwachsene hat demnach Diabetes. Auch in Deutschland ist demzufolge der Anteil Betroffener kaum geringer, wie aus Zahlen des BKK Dachverbandes hervorgeht.

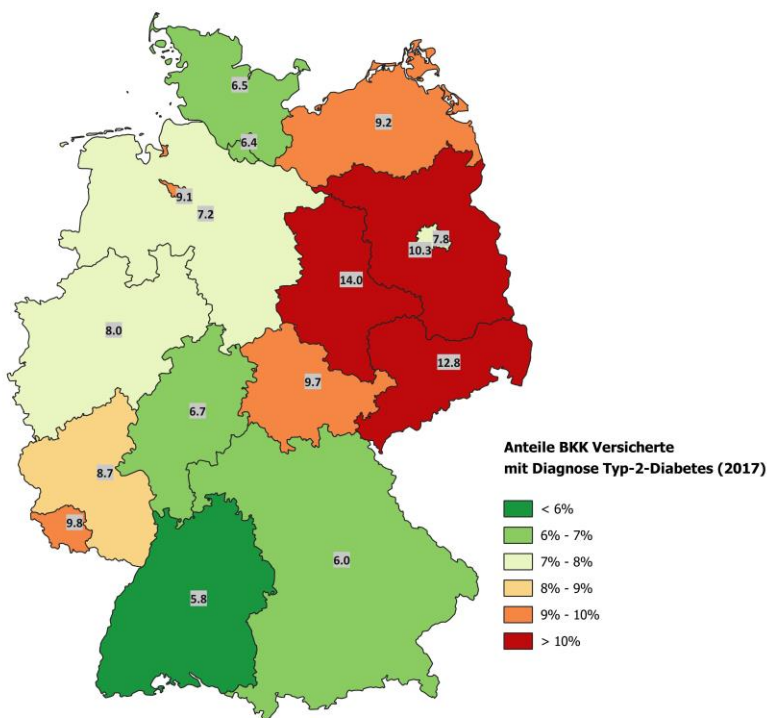
Bei Diabetes mellitus handelt es sich um eine Stoffwechselkrankheit: Über die Nahrung werden Kohlenhydrate aufgenommen und gelangen als Glucose ins Blut, werden bei Diabetesbetroffenen dort aber nicht abgebaut. Die zentrale Rolle spielt dabei das körpereigene Hormon Insulin. Der weitaus größte Teil der Diabetes-Erkrankten sind sogenannte Typ-2-Diabetiker (laut Robert Koch-Institut rund 90 Prozent aller Betroffenen), bei denen zwar Insulin gebildet wird, die Körperzellen aber dennoch dadurch nicht oder nicht in ausreichender Weise zur Senkung des Blutzuckerspiegels (d.h. des Glucoseanteils) angeregt werden.

Typ-2-Diabetes ist vor allem eine Alterserkrankung, wie sich auch in den Statistiken der Betriebskrankenkassen aus der ambulanten Versorgung zeigt (**Abbildung 1**): Insgesamt sind 7,3 Prozent aller Versicherten im Jahr 2017 aufgrund dieser Diagnose in Behandlung gewesen, allerdings steigt die Zahl der Betroffenen jenseits des 50. Lebensjahrs enorm an, so dass schließlich fast ein Drittel der 80- bis 84-Jährigen eine solche Diagnose gestellt bekommen. Männer sind dabei häufiger betroffen als Frauen. Neben dem Typ-2- ist der Typ-1-Diabetes noch am häufigsten, bei dem das Insulin im Körper nicht oder nicht ausreichend gebildet wird. Dieser Typus tritt auch schon in jungen Jahren auf. Rund ein Prozent aller BKK-Versicherten haben im vergangenen Jahr eine solche Diagnose bekommen.

Abbildung 1



Die Häufigkeit von Diabetes ist sehr unterschiedlich in Deutschland verteilt. Vergleicht man die Anteile BKK-Versicherter mit einer Typ-2-Diabetes-Diagnose zwischen den Bundesländern, so zeigen sich so starke Differenzen, dass diese nicht allein durch Altersunterschiede zwischen den Regionen erklärt werden können. In Sachsen-Anhalt etwa wurden 14 Prozent der Versicherten wegen Typ-2-Diabetes ambulant behandelt, auch in den anderen Ost-Bundesländern sind die Anteile Betroffener überdurchschnittlich hoch. Weniger als halb so hoch sind die Anteile der Typ-2-Diabetiker hingegen im Süden der Republik: 5,8 Prozent der Versicherten in Baden-Württemberg beziehungsweise 6,0 Prozent in Bayern waren wegen Typ-2-Diabetes in Behandlung.



## Dank Insulin ist Diabetes kein Todesurteil mehr

Heutzutage kann Diabetes mellitus gut behandelt werden. Entscheidend dafür ist die Entdeckung des Insulins vor mittlerweile fast 100 Jahren. Bis dahin starben Diabetiker meist innerhalb von kurzer Zeit nach Entdeckung der Krankheit. Das Einhalten eines Zustandes permanenter Unterernährung war dann noch am ehesten geeignet, das Leben zumindest etwas zu verlängern. 1921 gelang es dem Mediziner Frederick Banting zusammen mit seinem Kollegen Charles Best, aus Tier-Bauchspeicheldrüsen Insulin zu gewinnen. Zwei Jahre später gelang der Durchbruch bei der industriellen Produktion von Insulin als Medikament, noch im selben Jahr wurde Banting der Nobelpreis verliehen. An den Insulin-Entdecker erinnert auch der Weltdiabetestag: Der 14. November ist das Geburtsdatum von Frederick Banting.

## Diabetes schädigt schleichend

Wichtig ist, dass Diabetes-Betroffene gut über ihre Erkrankung informiert sind und Körpersignale für Unter- oder Überzuckerung schon früh erkennen können. Durch schnelle Gegenmaßnahmen können unmittelbare Komplikationen wie Unwohlsein bis hin zur Bewusstlosigkeit vermieden werden. Aber auch langfristig ist es wichtig, gut auf die Erkrankung „eingestellt“ zu sein. So führt das Robert Koch- Institut an, dass ein unzureichend kontrollierter Diabetes oder ein längerfristig unentdeckter Diabetes

insbesondere mit einem erhöhten Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen einhergeht, aber auch mit weitere Folgeerkrankungen wie Nierenfunktionsstörungen, Erblindung und Fußamputationen verbunden ist.

### **Besser vorbeugen statt abwarten!**

Als wichtigste Ursache des Typ-2-Diabetes gelten Übergewicht und Bewegungsmangel – Dinge, die man selber beeinflussen kann. Wegen Adipositas waren knapp 10 Prozent der Versicherten im vergangenen Jahr in ärztlicher Behandlung – eine erschreckend hohe Zahl, zumal man davon ausgehen kann, dass auch ein großer Teil von übergewichtigen bzw. adipösen Menschen nicht in ärztlicher Behandlung ist oder eine solche Diagnose nicht gestellt bekommen hat. Darüber hinaus hilft eine bewusste, ausgewogene Ernährung, wobei man möglichst auf übermäßig fettige beziehungsweise gezuckerte Nahrung verzichtet.

Es kommt also zu einem großen Teil auf den eigenen Lebensstil an. Hierbei Gewohnheiten umzustellen, ist sicher nicht ganz leicht, tatsächlich kann man aber damit viel erreichen, und es ist nie zu spät damit anzufangen! Man muss dieses Vorhaben auch nicht allein angehen: Gesundheitskurse in der Nähe, beispielsweise zum Thema Bewegung oder Ernährung, sind bei der Zentralen Prüfstelle Prävention einfach zu finden (<https://bkk.zentrale-pruefstelle-praevention.de/kurse>). Außerdem stehen weitere Beratungs- und Versorgungsangebote der Betriebskrankenkassen zu Diabetes und anderen chronischen Krankheiten unter <http://www.bkk-medplus.de> zur Verfügung.

Der Weltdiabetestag ist ein seit 1991 jährlich am 14. November weltweit stattfindender Aktionstag der International Diabetes Federation (IDF) und der Weltgesundheitsorganisation (WHO). Seit 2007 ist dieses Datum offizieller Tag der Vereinten Nationen, damit ist Diabetes mellitus erst die zweite Krankheit nach HIV/AIDS mit diesem Status.

Der „Weltdiabetestag“ wird zum Anlass genommen, die Aufmerksamkeit der Öffentlichkeit auf Diabetes mellitus-Erkrankungen zu lenken und über Auftreten und Auswirkungen genauso wie über Behandlungsmöglichkeiten und Präventionsansätze zu informieren.