Prof. Dr. med. Klaus Parhofer
Klinikum der Universität München
Medizinische Klinik und Poliklinik II –
Großhadern

Diabetes

41 Ernährungsempfehlungen

45 Moderne Antidiabetika

Abschied von überholten Empfehlungen

Gute Fette und moderne Medikamente für Diabetiker

— Die folgende Schwerpunkt widmet sich zwei Themen der Diabetologie, die aus klinisch-praktischer Sicht von größter Bedeutung sind. Es geht einerseits um den „ältesten“ Therapieansatz – die Lebensstilmaßnahmen – und andererseits um moderne Antidiabetika. Unser Kenntnisstand hat sich diesbezüglich in den letzten Jahren deutlich erweitert.

Obwohl es zum Allgemeinwissen gehört, dass Diabetes mellitus Typ 2 vor allem Folge des modernen Lebensstils ist, sind Lebensstilmaßnahmen nur begrenzt erfolgreich. Katharina Lechner führt in ihrem Beitrag aus, dass vermutlich zu lange einseitig auf die Reduktion der Fettzufuhr gesetzt wurde. Die

Energiedichte von Nahrungsmitteln stand im Vordergrund und andere Aspekte wurden vernachlässigt. Die mit der Fettrestriktion erfolgte vermehrte Zufuhr von Kohlenhydraten hat die Probleme Adipositas und Typ-2-Diabetes weiter verstärkt. Dabei wurde bereits in den Anfängen der Diabetologie die Notwendigkeit einer Kohlenhydratreduktion gesehen, geriet dann aber wieder in Vergessenheit. Auf der Basis zahlreicher wissenschaftlicher Daten zeigt Frau Lechner, dass hier ein Umdenken notwendig ist. Auch die Fokussierung auf einzelne Makronährstoffe oder Lebensmittel greift zu kurz. Viel sinnvoller ist es, Essverhalten („Eating patterns“) in den Vordergrund zu stellen.

Doch nicht alle Patienten lassen sich durch Lebensstilmaßnahmen allein behandeln. In diesem Sinne ist die Entwicklung moderner Antidiabetika von großer Bedeutung. Während die Effekte der blutzuckersenkenden Therapie auf mikrovaskuläre Komplikationen seit Langem gut dokumentiert sind, gibt es nur wenige überzeugende Daten, die belegen, dass auch kardiovaskuläre Ereignisse verhindert werden können.

Die vor einigen Monaten vorgestellte EMPA-REG-Studie hat deshalb für großes Aufsehen gesorgt. Hier konnte zum ersten Mal über einen antidiabetischen Ansatz das Risiko für den kardiovaskulären Tod reduziert werden. Auch wenn viele Aspekte noch offen sind, zeigt dies, wie wichtig es ist, an der Entwicklung neuer Ansätze festzuhalten. Thorsten Siegmund ordnet diese in seinem Beitrag ein und bewertet den Stellenwert aus Sicht des langjährig klinisch tätigen Diabetologen.

Für die adäquate Behandlung unserer Patienten mit Diabetes mellitus Typ 2 reicht die einseitige Fokussierung auf überholte Empfehlungen zu Lebensstilmaßnahmen oder „alte“ Medikamente nicht aus. Empfehlungen und Algorithmen müssen vielmehr im Licht neuer Erkenntnisse überarbeitet und angepasst werden. ■

**Gesunde Ernährung:
eine der „ältesten“
Diabetes-Therapien.**