

Pilzinfektionen, Juckreiz, Schienbein-Flecken - Hautprobleme können ein Diabetes-Warnzeichen sein

Bei mindestens jedem zweiten Diabetespatienten tritt eine Hauterkrankung auf. Hautprobleme können auf eine mangelhafte Therapie hinweisen, einen lebensbedrohlichen Notfall signalisieren oder auch vor einem unentdeckten Diabetes Typ 2 warnen. Auf welche Beschwerden besonders zu achten und was dann zu tun ist, erklären Experten der Deutschen Diabetes Gesellschaft (DDG). Bei anhaltendem Juckreiz und chronischen Pilzinfektionen sollte in jedem Fall ein Dermatologe aufgesucht werden.

„Diabetes und Haut stehen in enger Wechselbeziehung“, sagt Professor Dr. med. Monika Kellerer, Präsidentin der Deutschen Diabetes Gesellschaft (DDG). „Zwischen 30 und 70 Prozent aller Diabetespatientinnen und -patienten weisen dermatologische Symptome und Erkrankungen auf.“ Experten gehen davon aus, dass mehr als 50 Hautkrankheiten in Verbindung mit der Stoffwechselerkrankung auftreten.

Warum sich die Erkrankungen gegenseitig beeinflussen, ist nicht restlos geklärt. „Vermutlich begünstigen Entzündungsprozesse, Ablagerungen von zuckerhaltigen Substanzen in der Haut und die geschwächte Immunabwehr Pilz- und bakterielle Infektionen“, erläutert Professor Dr. med. Claudia Pföhler von Klinik für Dermatologie, Venerologie und Allergologie am Universitätsklinikum des Saarlandes.

Häufiges Warnzeichen: bräunliche Flecken am Schienbein

Zu den häufigsten Hauterscheinungen bei Menschen mit Diabetes gehören bräunliche, narbenähnliche, rundliche Flecken, die sich meist über dem vorderen Schienbein zeigen. Die diabetische Dermopathie, wie die Pigmentveränderungen in der Fachsprache heißen, findet sich bei bis zu 70 Prozent aller Diabetespatienten. „Sie ist sehr oft das erste Anzeichen eines nicht erkannten Diabetes“, berichtet Pföhler. Wer solche Flecken an Schienbeinen, Unterarmen oder Füßen bemerkt, sollte beim Hausarzt oder Diabetologen seinen Nüchtern-Blutzucker überprüfen lassen. Die gute Nachricht: „Die Flecken verschwinden, sobald der Diabetes eingestellt ist“, versichert die Dermatologin.

Hartnäckige Pilzinfektionen als Hinweis auf Diabetes

Ein weiteres Warnzeichen für Diabetes sind stark ausgeprägte, hartnäckige Pilzinfektionen an Füßen, in den Leisten oder der Achselhöhle, unter der Brust, in der Scheide oder im Analbereich. „Chronische Pilzinfektionen mit ihrem quälenden Juckreiz gelten als Marker-Erkrankung für Diabetes mellitus“, sagt Pföhler. *Candida albicans* ist der häufigste Erreger. Auch hier gilt: Unbedingt nüchtern den Blutzucker-Wert messen lassen. „Sobald der Blutzuckerwert normalisiert ist, können die Pilzinfektionen oft mit örtlichen Cremes und Zäpfchen erfolgreich behandelt werden“, berichtet die Hautexpertin.

Der Fuß als Eintrittspforte für gefährliche Erkrankungen

Beim Nagelpilz steht nicht der Juckreiz im Vordergrund, sondern verdickte Nagelplatten, Flecken, Brüchigkeit und Risse. Er ist für Diabetespatienten besonders gefährlich, weil die Nagelschäden als Eintrittspforte für Bakterien dienen, die beispielsweise ein diabetisches Fußsyndrom befördern können. „Die Sanierung von Nagelpilz bei Diabetespatienten ist deshalb keine kosmetische Frage,

sondern eine medizinische Notwendigkeit und gehört in die Hände von Fachkräften“, betont DDG-Expertin Dr. med. Cornelia Woitek, die eine diabetologische Schwerpunktpraxis in Wurzen bei Leipzig leitet. Ärzte können die professionelle Fußpflege beim Podologen auf Rezept verordnen.*

Bakterien, die über kleine Fußwunden in den Körper eintreten, können sogar eine schwerwiegende Wundinfektion auslösen – ein sogenanntes Erysipel, ebenfalls bekannt unter dem Namen Wundrose. „Ein Erysipel macht sich an der Haut als flammende Rötung bemerkbar, die sich rasch ausbreitet, bevorzugt an den Unterschenkeln oder im Gesicht“, erklärt Professor Dr. med. Baptist Gallwitz, Mediensprecher der DDG.

Die Betroffenen entwickeln meist gleichzeitig hohes Fieber und Schüttelfrost; hier liegt ein Notfall vor. „Es droht die Gefahr einer Blutvergiftung, weshalb man sich sofort ins Krankenhaus begeben sollte“, betont der Diabetologe vom Universitätsklinikum Tübingen. Denn mitunter handelt es sich bei den Erregern nicht nur um Streptokokken, sondern auch um Staphylokokken, die gegen verschiedene Antibiotika resistent sein können. „Ob Blasen, Druckstellen oder Hühneraugen – Diabetespatienten müssen auf jede Hautveränderung am Fuß achten“, resümiert Gallwitz.

Unstillbarer Juckreiz - ein Alarmzeichen für Nierenschäden

Im Laufe ihrer Erkrankung leiden viele Diabetespatienten unter Hauttrockenheit. Sie löst vermutlich Pruritus aus, einen starken Juckreiz. „Die Patienten kratzen sich an Körperstellen, die sie gut erreichen – an oberen Schultern, Armen, Unterschenkeln“, berichtet Woitek. Die Haut weist zudem feine Einrisse, eine leichte Schuppung und Rötung auf.

Lässt das Jucken durch klassische Therapien wie Kortisonsalbe oder Antihistaminika nicht nach, sollte der Arzt hellhörig werden. „Unstillbarer Juckreiz, der auf keine Therapie anspricht, ist bei Diabetespatienten ein Hinweis auf eine Nierenfunktionsstörung“, betont Woitek. „Manchmal hilft eine Lichttherapie gegen die Hautprobleme“, ergänzt Pföhler. In jedem Fall sollte ein Dermatologe hinzugezogen werden. Für die Nierenschädigung ist der Nephrologe zuständig.

Richtige Hautpflege beugt vor

Diabetespatienten können selbst etwas für ihre Hautgesundheit tun. „Die tägliche Hautpflege ist essentiell“, so Woitek. Besonders eignen sich hierfür feuchtigkeitsspendende Pflegeprodukte mit den Inhaltsstoffen Glycerin, Panthenol, Hamamelis, Aloe Vera, Vitamin E und Harnstoff. „In der kalten Jahreszeit sollten Menschen mit Diabetes außerdem nicht zu heiß und zu lange baden und sich gut abtrocknen, um nasse Hautstellen zu vermeiden“, rät die Diabetologin.

Das PDF zur Pressemitteilung finden Sie [hier](#).

**Die DDG bietet für staatlich geprüfte medizinische Fußpflegerinnen und -pfleger eine entsprechende Weiterbildung mit dem Zertifikat „Podolog/in DDG“ an:
www.deutsche-diabetes-gesellschaft.de/weiterbildung/podologin-ddg.html*

Literatur:

Konstantinow, A. Verkannte Dermatosen. Perspektiven der Diabetologie 2/2016, Deutsches Ärzteblatt. cdn.aerzteblatt.de/pdf/113/43/p16.pdf

Jecht, M. Hautveränderungen bei Diabetes mellitus. Diabetologie 2009 · 5:43–56
DOI 10.1007/s11428-008-0351-3. Online publiziert: 16. Januar 2009

Vorträge auf der DDG Herbsttagung:

- Blickdiagnostik in der Praxis (Cornelia Woitek)
- Dermatosen bei Diabetes mellitus aus klinischer Sicht (Uwe Wollina)

www.deutsche-diabetes-gesellschaft.de/mediathek.html