

Prädiabetes gefährlicher als angenommen

Prädiabetes ist nicht einfach nur als eine „letzte Warnung“ vor der eigentlichen Diabetes-Diagnose zu verstehen, denn bereits die Vorstufe zum Diabetes mellitus erhöht das Risiko für schwerwiegende Folgeerkrankungen. Das brachte eine Übersichtsarbeit des Deutschen Diabetes-Zentrums ans Licht. Was genau sind die Ergebnisse?

Die gefährlichen Folgeerkrankungen des Diabetes sind in der Gesellschaft bereits bekannt. Dagegen wurde dem Prädiabetes bisher vergleichsweise wenig Aufmerksamkeit geschenkt – vielen Menschen ist der Begriff unklar. Prädiabetes ist eine Vorstufe des Typ-2-Diabetes, wobei der Zuckerstoffwechsel bereits gestört ist, aber noch kein Typ-2-Diabetes vorliegt. Was zunächst wenig beunruhigend klingt und suggeriert, dass man noch keine Erkrankung aufweise, birgt in Wahrheit durchaus Risiken in sich. Gerade in den letzten Jahren wurden immer mehr Studien veröffentlicht, die darauf hinwiesen, dass auch schon der Prädiabetes mit chronischen Komplikationen und Folgeerkrankungen verbunden sein kann. Das Deutsche Diabetes-Zentrum (DDZ) hat nun in einer Übersichtsarbeit die bisherige Studienlage und deren Aussagekraft analysiert und bewertet.

„Wir sprechen hier von einem sogenannten Umbrella-Review. Solche Übersichtsarbeiten fassen Daten aus Meta-Analysen zusammen, die wiederum alle Einzelstudien zu einem bestimmten Thema bündeln. Hier wurde der Zusammenhang zwischen Prädiabetes und dem Risiko diabetesbedingter Begleiterkrankungen untersucht“, erklärt Prof. Dr. Michael Roden, Wissenschaftlicher Direktor und Vorstand des DDZ. „Die Ergebnisse zeigen, dass der Prädiabetes mit einem erhöhten Risiko für Folgeerkrankungen wie z. B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Schlaganfällen, chronischer Nierenerkrankung, Demenz sowie Krebs und generell mit einer höheren Sterblichkeitsrate zusammenhängt. Prädiabetes ist somit gefährlicher als angenommen und verlangt erhöhte Aufmerksamkeit nicht nur durch die Wissenschaft, sondern auch in der klinischen Praxis.“

Die Befunde sind auch deshalb relevant, da Prädiabetes weltweit zunimmt. Die International Diabetes Federation (IDF) schätzte erst jüngst die Zahl der Prädiabetes-Fälle für 2021 auf mindestens 10,6 Prozent der erwachsenen Bevölkerung weltweit – was 541 Millionen Menschen betrifft. Für 2045 wurde sogar ein Anstieg auf mindestens 11,4 Prozent prognostiziert; was wiederum 730 Millionen Menschen entspricht. Angesichts dieser Aussichten stellt der Prädiabetes ein strategisches Zeitfenster dar, in dem die noch beeinflussbaren Risikofaktoren wie Adipositas (Übergewicht), ungesunde Ernährung und Bewegungsmangel gezielt angegangen werden können, um die Entwicklung des Typ-2-Diabetes und seiner Folgeerkrankungen zu verhindern oder zumindest zu verzögern.

„Übersichtsarbeiten wie die vorliegende Umbrella Review helfen uns dabei, einen breiten Überblick zu einem Themenbereich zu gewinnen und die Belastbarkeit der jeweiligen Ergebnisse nach reproduzierbaren und transparenten Maßstäben zu bewerten“, sagt Dr. Sabrina Schlesinger, Leiterin der Arbeitsgruppe Systematische Reviews am DDZ, welche die Studie geleitet hat. Die obengenannten Ergebnisse werden als moderat-belastbar eingeschätzt, was bedeutet, dass die Befunde wahrscheinlich den wirklichen Zusammenhang widerspiegeln. Prof. Dr. Christian Herder aus dem DDZ ergänzt: „In Anbetracht der festgestellten Forschungslücken in diesem Bereich sind weitere Untersuchungen zu den Zusammenhängen zwischen Prädiabetes und verschiedenen Gesundheitsfolgen erforderlich, um den potenziellen klinischen und kostenbezogenen Nutzen von Interventionsmaßnahmen fundierter abschätzen zu können.“

Originalpublikation:

Schlesinger S, Neuenschwander M, Barbaresco J, Lang A, Maalmi H, Rathmann W, Roden M, Herder C. Prediabetes and risk of mortality, diabetes-related complications and comorbidities: umbrella review of meta-analyses of prospective studies. Diabetologia. 2022 Feb;65(2):275-285. doi: 10.1007/s00125-021-05592-3

Weitere Informationen:

<https://ddz.de/prediabetes-gefaehrlicher-als-angenommen/>