

Von Ärzten und Verwandten meist übersehen: Essstörungen bei Diabetes können lebensgefährlich sein

Essstörungen treten bei jungen Patientinnen mit Typ-1-Diabetes zwei- bis dreimal häufiger auf als bei gesunden Frauen. Die Betroffenen hoffen, Gewicht zu verlieren, indem sie zeitweise darauf verzichten, sich Insulin zu spritzen. Damit riskieren sie unumkehrbare Schäden an Nerven und Gefäßen und im schlimmsten Fall sogar ihr Leben. Anlässlich einer gemeinsamen Pressekonferenz am 18. Juni in Berlin rufen Diabetes- und Hormonexperten dazu auf, die Kombination dieser beiden Erkrankungen stärker in den Fokus zu rücken. Insbesondere Ärzte und Familienangehörige sollen bei jungen Diabetespatientinnen stärker auf Anzeichen möglicher Essstörungen achten.

Vor allem die Bulimie ist bei jungen Frauen mit Diabetes Typ 1 besonders verbreitet. Die Betroffenen haben Essanfälle, bei denen sie große Mengen an Nahrung förmlich verschlingen. Aus Angst, zuzunehmen, greifen sie zu verschiedenen Strategien: Sie erbrechen das Essen beispielsweise oder nehmen Abführmittel in hohen Dosen ein. Patientinnen mit Typ-1-Diabetes wenden eine weitere Methode an: Sie verzichten auf das Spritzen von Insulin. Ohne das lebenswichtige Hormon kann ihr Körper den Zucker aus der Nahrung nicht aufnehmen, sodass er mit dem Urin ausgeschieden wird. Das sogenannte Insulin-Purging hat jedoch fatale Folgen: Da der Körper von Menschen mit Diabetes keinen Zucker aufnehmen kann, verbleiben zu große Mengen davon im Blut. Das schadet Blutgefäßen, Nerven und Nieren. Im Extremfall kann es zu lebensgefährlichen Übersäuerungen des gesamten Körpers kommen.

„Durch den Diabetes müssen sich Mädchen und junge Frauen täglich mit Inhalt und Menge des Essens auseinandersetzen“, erklärt Susan Clever, Diplom-Psychologin aus Hamburg. „Gerade in der Pubertät ist die Gefahr groß, dass Maßnahmen, die den Diabetes behandeln sollen, in ein krankhaftes Verhältnis zum Essen und zum eigenen Körper führen.“ Viele Menschen legen auch an Gewicht zu, wenn sie eine Insulintherapie beginnen. Hinzu kommen der tägliche Stress, den die Erkrankung verursacht, ein geringes Selbstwertgefühl und eventuell beschämende Aussagen von Mitschülern und Freunden – die Patientinnen flüchten sich in ein gestörtes Essverhalten. Die Expertin aus der Diabetespraxis Blankenese weiß, dass durch Essstörungen auch die Therapie des Diabetes gefährdet ist: Diese Patientinnen essen unregelmäßig und messen ihren Blutzucker seltener.

„Da die Betroffenen aus Scham nicht über ihre Erkrankung sprechen, sind Ärzte und Angehörige gefragt, bei jungen Patientinnen mit Diabetes Typ 1 verstärkt auf Anzeichen von Essstörungen zu achten“, sagt Clever. Schwankendes Körpergewicht und sehr hohe Blutzuckerwerte können ein wichtiger Hinweis sein. Aber auch wenn eine Patientin ihren Blutzucker nur selten misst oder mehrere Messgeräte dafür benutzt, sollten Eltern und Behandler nachforschen.

Wie Essstörungen bei Diabetes behandelt werden können und was zu tun ist, um ihnen vorzubeugen, erklären Experten auf einer gemeinsamen Pressekonferenz der Deutschen Diabetes Gesellschaft und der Deutschen Gesellschaft für Endokrinologie am 18. Juni in Berlin.