

# Diabetologie und Stoffwechsel

*Supplement*

**S2**

Oktober 2021  
Seite S91–S434  
16. Jahrgang

This journal is listed in  
Science Citation Index,  
EMBASE and SCOPUS

Offizielles Organ  
der Deutschen  
Diabetes Gesellschaft

**DDG** Deutsche  
Diabetes  
Gesellschaft

**PRAXISEMPFEHLUNGEN DDG**

CLINICAL PRACTICE RECOMMENDATIONS

**Praxisempfehlungen  
der Deutschen  
Diabetes Gesellschaft**

*Herausgegeben von  
M. Kellerer  
im Auftrag der DDG*

▪ Aktualisierte Version 2021

 **Thieme**

# Diabetes mellitus im Alter

## Autoren

Andrej Zeyfang<sup>1</sup>, Jürgen Wernecke<sup>2</sup>, Anke Bahrmann<sup>3</sup>

## Institute

- 1 Klinik für Innere Medizin, Altersmedizin, Palliativmedizin und Diabetologie, medius KLINIK OSTFILDERN-RUIT
- 2 Medizinisch-geriatrische Klinik, Agaplesion Diakonieklinikum Hamburg
- 3 Klinik für Kardiologie, Angiologie und Pneumologie, Medizinische Klinik 3, Universitätsklinikum Heidelberg

## Bibliografie

Diabetologie 2021; 16 (Suppl 2): S226–S234

DOI 10.1055/a-1515-8752

ISSN 1861-9002

© 2021. Thieme. All rights reserved.

Georg Thieme Verlag KG, Rüdigerstraße 14, 70469 Stuttgart, Germany

Zitierweise für diesen Artikel Diabetologie 2021;

16 (Suppl 2): S226–S234. DOI:10.1055/a-1515-8752

Dieser Beitrag ist eine aktualisierte Version und ersetzt den folgenden Artikel: Zeyfang A, Wernecke J, Bahrmann A.

Diabetes mellitus im Alter. Diabetologie 2020; 15 (Suppl 1): S112–S119

## Korrespondenzadresse

PD Dr. med. Dr. Univ. Rom Andrej Zeyfang  
medius KLINIK OSTFILDERN-RUIT  
Klinik für Innere Medizin, Altersmedizin, Diabetologie und Palliativmedizin, Hedelfinger Straße 166, 73760 Ostfildern, Deutschland  
a.zeyfang@medius-kliniken.de

PD Dr. med. Anke Bahrmann  
Universitätsklinikum Heidelberg, Medizinische Klinik 3,  
Klinik für Kardiologie, Angiologie und Pneumologie,  
Im Neuenheimer Feld 410, 69120 Heidelberg, Deutschland  
anke.bahrmann@med.uni-heidelberg.de

## Aktualisierungshinweis

Die DDG-Praxisempfehlungen werden regelmäßig zur zweiten Jahreshälfte aktualisiert. Bitte stellen Sie sicher, dass Sie jeweils die neueste Version lesen und zitieren

## INHALTLICHE ÄNDERUNGEN GEGENÜBER DER VORJAHRESFASSUNG

**Änderung 1:** Erweiterung Einsatz von GLP-1-Analoga und SGLT-2-Inhibitoren bei Älteren

**Begründung:** NVL Typ 2 DM

**Stützende Quellenangabe:** REWIND, LEA-DER, SUSTAIN-6, EXSCEL, ELIXA, EMPE-REG, DAPA-HF

**Änderung 2:** Partizipative Entscheidungsfindung

**Begründung:** NVL Typ 2 DM

**Stützende Quellenangabe:** Bundesärztekammer (BÄK), Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV), Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF). Nationale Versorgungsleitlinie Typ-2-Diabetes – Teilpublikation der Langfassung, 2. Auflage. Version 1. 2021

**Änderung 3:** Stellenwert der FGM und Rolle der Pflegenden in der Diabetesbehandlung im Alter

**Begründung:** Leitlinie Diabetes im Alter

**Stützende Quellenangabe:** S2k-Leitlinie Diagnostik, Therapie und Verlaufskontrolle des Diabetes mellitus im Alter 2. Auflage AWMF-Registernummer: 057-017

Aufgrund der guten medizinischen Versorgung in Deutschland erreichen inzwischen viele Menschen mit Diabetes mellitus ein hohes Alter: Von den etwa 340 000 Erwachsenen mit Typ-1-Diabetes sind mehr als 100 000 Betroffene über 70 Jahre alt. Unter den etwa acht Millionen Betroffenen mit Typ-2-Diabetes gehört ein Viertel der Altersgruppe der über 75-jährigen an und etwa eine Million ist über 80 Jahre alt.

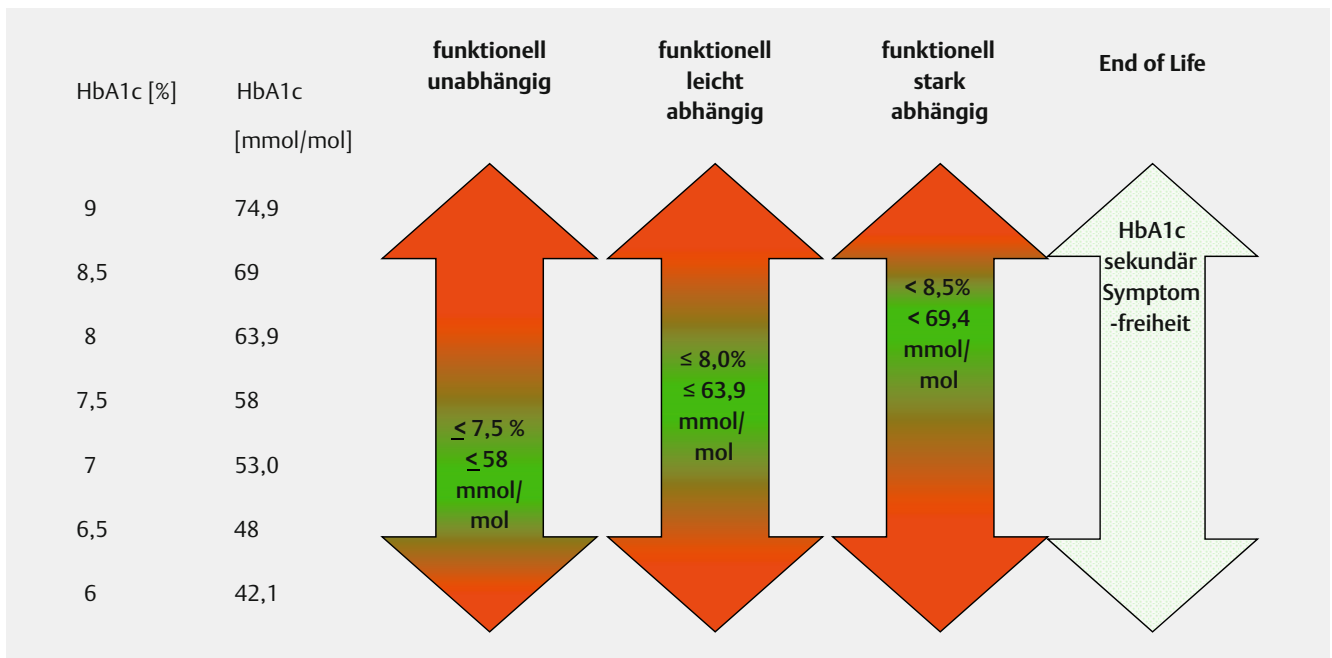
Bundesweit gibt es insgesamt etwa 630 000 pflegebedürftige Personen mit Diabetes mellitus. Die Aussagen der Praxisempfehlungen richten sich vorwiegend an die Mehrheit der älteren Menschen mit Typ-2-Diabetes und können nur einen Teil der Besonderheiten des alten Menschen mit Diabetes wiedergeben. Themen wie Typ-1-Diabetes im Alter, End of Life, Schnittstellenmanagement oder Ethik sind in der kompletten S2k-Leitlinie behandelt.

Der geriatrische Patient ist definiert durch Multimorbidität und ein höheres Lebensalter. Alterstypische Funktionseinschränkungen und eine hohe Vulnerabilität erzeugen besonderen Handlungsbedarf, der über die Blutglukoseeinstellung und das Management kardiovaskulärer Risikofaktoren oder diabetestypischer Komplikationen hinausgeht. Für eine differenzierte Therapieplanung sollten ältere Patienten in funktionelle Gruppen eingeteilt werden (► **Tab. 1**)

Zur Feststellung der Ressourcen und Defizite (Einteilung in funktionelle Gruppen) soll ein geriatrisches Assessment durchgeführt werden (Praxistool 1, siehe Anhang).

► **Tab. 1** Einteilung in funktionelle Gruppen.

Patientengruppe	Patientenbeschreibung
funktionell unabhängig	ältere Menschen mit Diabetes mellitus und gutem funktionellem Status. Patienten mit geringer Komorbidität, allenfalls geringer kognitiver Einschränkung und guten Kompensationsmöglichkeiten
funktionell leicht abhängig	ältere Menschen mit Diabetes mellitus und eingeschränktem funktionellem Status. Patienten mit Multimorbidität, funktionellen und kognitiven Einschränkungen sowie geriatrischen Syndromen
funktionell stark abhängig	ältere Menschen mit Diabetes mellitus und extrem eingeschränktem funktionellem Status oder terminal erkrankte Menschen. Patienten mit Multimorbidität, geriatrischen Symptomen, ausgeprägten funktionellen und kognitiven Einschränkungen und Vorliegen von Erkrankungen mit limitierter Lebensprognose, z. B. terminale Herz-, Nieren- oder maligne Erkrankungen
End of Life	Menschen, die sich in der unmittelbaren Sterbephase befinden.



► **Abb. 1** HbA<sub>1c</sub>-Korridore nach Funktionalität unter strikter Vermeidung von Hypoglykämien.

## Behandlungsziele

Grundsätzlich sind Ziele unter dem Gesichtspunkt der partizipativen Entscheidungsfindung gemeinsam zwischen Arzt und Patienten zu vereinbaren. Der Erhalt der Lebensqualität und das Vermeiden von Hypoglykämien sind vorrangiges Therapieziel. Individuelle Aspekte von Lebensqualität sollen deshalb aktiv erfragt werden. Der HbA<sub>1c</sub>-Wert hat im höheren Lebensalter einen geringeren Stellenwert bei Therapieentscheidungen

Allgemeine Therapieziele im Sinne einer Verbesserung der Lebensqualität sind im Praxistool 2 (siehe Anhang) enthalten.

Bei alten Menschen mit Typ-2-Diabetes sollen für folgende Parameter individualisierte Therapieziele vereinbart werden:

- Glukosestoffwechsel
- Blutdruck
- Lipidstatus

Im Vordergrund steht die Vermeidung von Hypoglykämien (► **Abb. 1**). Niedrigere HbA<sub>1c</sub>- bzw. prä- und postprandiale Werte sollten nur bei Therapien ohne Hypoglykämierisiko angestrebt werden. Die entsprechenden Zielkorridore sind in ► **Tab. 2** dargestellt.

## Hypoglykämien

Das Risiko für Hypoglykämien steigt mit zunehmender Diabetesdauer und ist bei älteren Menschen mit Diabetes erhöht. Die Schwelle für die Wahrnehmung niedriger Blutzuckerwerte sinkt im Alter; Gehirnfunktionsstörungen treten aber bereits bei höheren Werten auf. Dazu können sich die Hypoglykämiesymptome in anderer Form zeigen.

Hypoglykämien sind die zweithäufigste Ursache für arzneimittelbedingte Notaufnahmen älterer Menschen. Die Inzidenz schwerer Hypoglykämien ist mit 7,8 % pro Patient und Jahr in Pfl-

► **Tab. 2** Zielkorridore für ältere Menschen mit Diabetes.

Patientengruppe	Begründung	HbA <sub>1c</sub>	Blutglukose vor den Mahlzeiten	Blutdruck (bei über 80-Jährigen gelten die HYVET-Zielwerte)
<ul style="list-style-type: none"> <li>wenig Begleiterkrankungen</li> <li>kognitiv nicht eingeschränkt (funktionell unabhängige Patienten)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lebenserwartung &gt; 15 Jahre</li> <li>Vorteile einer intensiven Therapie können erlebt werden</li> </ul>	6,5–7,5 % (47,5–58,5 mmol/mol)	<ul style="list-style-type: none"> <li>100–125* mg/dl</li> <li>5,6–6,9 mmol/l</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Über 80 Jahre: &lt; 150 mmHg</li> <li>60–80 Jahre: &lt; 140* mmHg (ESC/ESH)</li> </ul>
sehr alte oder multimorbide oder kognitiv leicht eingeschränkte Patienten (funktionell leicht abhängige Patienten)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lebenserwartung &lt; 15 Jahre</li> <li>Vorteile einer intensiven Therapie können nicht erlebt werden.</li> <li>erhöhtes Hypoglykämie- und Sturzrisiko</li> </ul>	≤ 8,0 % (63,9 mmol/mol)	<ul style="list-style-type: none"> <li>100*–150 mg/dl</li> <li>5,6–8,3 mmol/l</li> </ul>	< 150 mmHg
Pflegeabhängige oder kognitiv stark eingeschränkte Patienten (funktionell stark abhängige Patienten)	begrenzte Lebenserwartung	< 8,5 % (69,4 mmol/mol)	<ul style="list-style-type: none"> <li>110–180 mg/dl</li> <li>6,1–10 mmol/l</li> </ul>	individuelle Therapieentscheidung, die den Gesamtkontext des Patienten einbezieht (da keine Zielwerteevidenz)
End of Life	individuell mit dem Ziel der Symptombefreiheit			

\* Untere Blutzuckergrenzwerte gelten nur bei hypoglykämisierender Therapie.

geheimen sehr hoch. Schwere Unterzuckerungen sind deutlich häufiger bei Depression, Nieren- und Herzinsuffizienz sowie Behandlung mit einem  $\beta$ -Blocker. Sie sind am häufigsten bei einer Behandlung mit prandialem Insulin, einem Basalinsulin oder einem Insulinsekretagon, während anderweitige antidiabetische Behandlungen nur mit einem sehr geringen Hypoglykämierisiko einhergehen. Besonders gefährdet sind ältere Menschen mit Begleiterkrankungen, Multimorbidität oder beeinträchtigter kognitiver Leistungsfähigkeit.

Hypoglykämien sind im Alltag wesentlich häufiger als bislang angenommen, besonders nachts. Risikofaktoren sind lange Erkrankungsdauer, kognitive Beeinträchtigungen und Multimorbidität, insbesondere Niereninsuffizienz. Es mehren sich die Hinweise, dass Hypoglykämien die Entstehung kardiovaskulärer Ereignisse und einer Demenz im Alter begünstigen. Besonders bei älteren Menschen mit Diabetes ist die Vermeidung der Hypoglykämie ein vorrangiges Therapieziel. Deshalb sollen sich die metabolischen Therapieziele und die Durchführung der Therapie an den funktionellen Ressourcen und Defiziten des Patienten orientieren. Es sollen Therapieformen mit möglichst geringem Hypoglykämierisiko gewählt werden.

## Hypertonie

- Ältere Patienten profitieren von einer effektiven Blutdrucksenkung. Dies gilt auch für Patienten über 80 Jahre in guter körperlicher und geistiger Verfassung.
- Es liegt nur unzureichende Evidenz für die antihypertensive Behandlung bei gebrechlichen, über 80-jährigen Patienten vor, so dass bei ihnen eine individualisierte Therapie (siehe ► **Tab. 1**) erfolgen sollte.

- Es besteht keine Evidenz für die unterschiedliche Wirksamkeit von antihypertensiven Medikamenten in jüngeren oder älteren Patienten. Alle antihypertensiven Hauptklassen können empfohlen werden.

Wegen häufiger Komorbiditäten und Polypharmazie sollte bei älteren Patienten im besonderen Maße auf bekannte unerwünschte Arzneimittelwirkungen geachtet werden.

## Dyslipidämie

- Bei älteren Patienten mit Diabetes sowie sehr hohem Risiko (z. B. bei KHK, schwerer Nierenschädigung oder einem oder mehreren CV-Risikofaktoren und/oder Organschädigung) sollte ein Ziel-LDL-Cholesterin von < 1,8 mmol/L (< 70 mg/dL) oder eine LDL-Cholesterin-Reduktion  $\geq 50\%$  angestrebt werden.
- Bei älteren Patienten mit Diabetes ohne funktionelle Einschränkungen (ohne andere CV-Risikofaktoren und ohne Organschädigung) sollte ein Ziel-LDL-Cholesterin von < 2,5 mmol/L (< 100 mg/dL) angestrebt werden.
- Für ältere Patienten mit funktionellen Einschränkungen sollte der Einsatz von Statinen auf individueller Basis geprüft werden.
- Zur LDL-C-Senkung sollten Statine als First-Line-Therapie eingesetzt werden.

## Multimedikation

- Bei Verordnung von mehr als fünf Medikamenten steigt die Auftretenswahrscheinlichkeit unerwünschter, klinisch relevanter Nebenwirkungen/Interaktionen (z. B. schwere Hypoglykämie).

mien, Komorbidität), und die Adhärenz des Patienten nimmt ab.

- Der Behandlungsplan sollte sich an den Wünschen, der aktuellen Lebensqualität, sowie am individuellen Risiko- und Ressourcenprofil des Patienten orientieren.
- Die Arzneimitteltherapie sollte regelmäßig kritisch überprüft werden.

## Assessment

Unter geriatrischem Assessment versteht man Funktionsuntersuchungen, die als diagnostisches Instrument zur Erfassung von Ressourcen und Defiziten und deren Quantifizierung bei geriatrischen Patienten zur Verfügung stehen. Durchführung und Bewertung u. a. [www.kcgeriatrie.de](http://www.kcgeriatrie.de)

## Folgeerkrankungen

Für diabetische Folgeerkrankungen, auch im Alter, gelten prinzipiell die Aussagen der NVL zu Diabetes und Retinopathie, Nephropathie, diab. Fußsyndrom und Neuropathie. Exemplarisch werden einige Besonderheiten beim älteren Menschen herausgestellt:

### Diabetischer Fuß

- Diagnostik: Im Gegensatz zur Monofilamentuntersuchung kann auf die Untersuchung des Vibrationsempfindens mit der 128-Hertz-Stimmgabel bei Patienten im höheren Alter verzichtet werden.
- Therapie: Das multiprofessionelle geriatrische Team ist ein unbedingter Zusatz in der Behandlung älterer und geriatrischer Patienten mit diabetischem Fußsyndrom.
- Prophylaxe: Bei der Auswahl des Schuhwerks soll die Sturzgefahr mitberücksichtigt werden; z. B. sollte bei sturzgefährdeten Patienten auf Mittelfußrollen verzichtet werden.

### KHK

- Die Revaskularisation von Koronargefäßen bei älteren Diabetepatienten bleibt eine Herausforderung, da randomisierte Studien fehlen, die die perkutane Koronarintervention (PCI) mit der Bypassoperation insbesondere bei älteren Menschen mit Diabetes vergleichen.
- Metaanalysen deuten darauf hin, dass die PCI bei älteren Menschen mit Diabetes mit Eingefäßerkrankung von Vorteil ist, während bei Dreifgefäßerkrankung die Bypassoperation die bessere Wahl ist.

### Akutes Koronarsyndrom

- Diabetes mit akutem Koronarsyndrom ist bei älteren Menschen im Vergleich zu jüngeren mit einer geringeren Rate erfolgreicher Koronarrevaskularisationen und dem Risiko von periinterventionellen Komplikationen assoziiert.
- Eine Insulintherapie sollte bei Patienten mit einer Hyperglykämie  $> 10 \text{ mmol/l}$  in der Akutphase eines akuten Koronarsyndroms unter Beachtung der Komorbiditäten begonnen werden.

## Schlaganfall

- Im Rahmen eines akuten Schlaganfalls sollten ältere Diabetepatienten bei einem Blutzuckerspiegel  $> 198 \text{ mg/dl}$  /  $> 11 \text{ mmol/l}$  konsequent mit Insulin behandelt werden, da es Hinweise dafür gibt, dass eine Hyperglykämie das Schlaganfallvolumen vergrößert und mit einem schlechteren funktionellen Ergebnis assoziiert ist.
- Eine intensivierete Insulintherapie bei nur leicht bis mäßig erhöhten Serumglukosewerten (im Median  $137 \text{ mg/dl}$  /  $7,6 \text{ mmol/l}$ ) hatte in einer großen randomisierten Studie keinen Effekt auf die Mortalität und das funktionelle Ergebnis der Patienten und kann, insbesondere wegen der Gefahr von Hypoglykämieepisodes, generell nicht empfohlen werden.

## Therapie

Auch beim älteren Menschen mit Diabetes bilden nichtmedikamentöse Verfahren die Basis der Behandlung. Ergänzend zu den Empfehlungen der NVL gibt es Besonderheiten:

### Schulung

Auch ältere Menschen mit Diabetes sollen an einer strukturierten Diabetesschulung teilnehmen. Für die Gruppe der funktionell eingeschränkten Patienten steht derzeit ein spezielles evaluiertes Schulungsprogramm (SGS) auch in vielen fremdsprachlichen Ausführungen zur Verfügung. Wenn möglich, sollten auch An- und Zugehörige an einem solchen Programm mit-/teilnehmen.

### Bewegung und Sturzneigung

- Ältere Menschen mit Diabetes mellitus sollten hinsichtlich eines möglichen Sturzrisikos überprüft werden.
- Bei älteren Menschen mit Diabetes und erhöhtem Sturzrisiko sollte die Medikation im Hinblick auf Medikamente, die die Sturzneigung erhöhen (z. B. Neuroleptika, Hypnotika, Sedativa), überprüft werden.
- Bei älteren Menschen mit Diabetes sollte regelmäßig die Visusleistung überprüft und, falls nötig und möglich, ein Angebot zur Korrektur unterbreitet werden.
- Funktionell leicht oder stark eingeschränkte ältere Menschen mit Diabetes und deren Zugehörige sollten auf Möglichkeiten zur Sturzprävention und auf häusliche Sturzgefahren (mangelnde Beleuchtung, fehlende Haltegriffe in Bad und Toilette etc.) hingewiesen werden.
- Funktionell leicht oder stark eingeschränkten älteren Menschen, insbesondere Menschen mit Frailty und Diabetes, sollten Möglichkeiten zum Kraft- und Ausdauertraining angeboten werden.
- Bewegung gilt als wichtigste Lebensstil-Maßnahme zur Prävention von Demenz im Alter.

### Ernährung

- Die Folgen einer Mangelernährung sind im Alter gravierend. Bei älteren Menschen mit Übergewicht oder Adipositas sollte aufgrund des Mangelernährungsrisikos auf strenge Diätvorschriften verzichtet werden.

- Das Risiko der Mangelernährung kann mittels Mini Nutritional Assessment (MNA) erfasst werden.
- Bei untergewichtigen Patienten sollten durch ein multiprofessionelles Team die Ursachen geklärt werden.

## Orale Antidiabetika und GLP1-Analoga

Für die Einzelsubstanzen erwähnte Vorteile gelten für die Monotherapie. Bei Kombination mit Insulin bzw. insulinotropen Substanzen (z. B. Sulfonylharnstoffe, Glinide) soll das erhöhte Nebenwirkungsrisiko (z. B. Hypoglykämierisiko) beachtet werden. Kombinationen aus > 2 OADs sind in Hinblick auf die Risiken der Polypharmakotherapie im Alter zu vermeiden.

Acarbose, Glitazone, Sulfonylharnstoffe und Glinide werden mehrheitlich als weniger geeignet betrachtet. Für den Einsatz im Alter können auch die FORTA-Empfehlungen (Fit for The Aged) herangezogen werden.

## Metformin

Auch für ältere Patienten soll Metformin als medikamentöse Therapie der ersten Wahl eingesetzt werden, obwohl klinische Studien zur Gabe von Metformin im höheren Lebensalter nicht vorliegen (FORTA-Empfehlung B). Wenn Metformin eingesetzt wird, soll sorgfältig darauf hingewiesen werden, Metformin in Situationen abzusetzen/zu pausieren, in denen das Risiko für eine akute Verschlechterung der Nierenfunktion besteht (Untersuchung mit Röntgenkontrastmittel, Operationen in Vollnarkose, fieberhafte Erkrankungen, Exsikkose oder Magen-Darm-Infekte). Metformin kann bis zu einer glomerulären Filtrationsrate von > 30 ml/min in einer maximalen Dosis von 1000 mg verordnet werden, verteilt auf zwei Einzeldosen. Nach längerer Metformin-Einnahme kann ein Vitamin-B 12-Mangel auftreten.

## DPP-4-Inhibitoren

DPP-4-Inhibitoren können bei älteren Patienten eingesetzt werden, nach FORTA erste Wahl (Empfehlung A) für Ältere. Vorteile können sich insbesondere im Hinblick auf Therapieadhärenz (geringe Einnahmefrequenz erforderlich), Hypoglykämiegefahr, Gewichtsneutralität und höhergradige Niereninsuffizienz (Dosisreduktion) zeigen.

## GLP-1-Analoga

GLP-1-Analoga können bei älteren Patienten eingesetzt werden, vor allem wenn eine Insulinresistenz vorliegt (SIRD) (FORTA Empfehlung B). Vorteile können sein: geringes Hypoglykämierisiko, Gewichtsabnahme – falls diese auch Therapieziel ist, für Liraglutid, Dulaglutid und Semaglutid: verminderte kardiovaskuläre Morbidität und Mortalität, für Dulaglutid und Semaglutid: die einmal wöchentliche Gabe. Dulaglutid und Semaglutid sind in höheren Dosierungen verfügbar. Fertigspritze von Dulaglutid ist einfach in der Handhabung. Semaglutid ist auch als Tablette verfügbar.

Die NVL T2DM empfiehlt den Einsatz von GLP-1-Analoga bei klinisch relevanter CV-Komorbidität.

## SGLT-2-Hemmer (Gliflozine)

SGLT-2-Hemmer können bei älteren Patienten eingesetzt werden. Der Beginn einer Therapie mit Dapagliflozin wird ab einem Alter von 75 Jahren nicht empfohlen, für Empagliflozin gilt eine Grenze von 85 Jahren. Vorteile können sein: Senken der Blutglukosewerte ohne eigenes Hypoglykämierisiko und eine verminderte kardiovaskuläre Morbidität und Mortalität, Vermeidung von Hospitalisation durch Herzinsuffizienz sowie eine nephroprotektive Wirkung bei Patienten mit Typ-2-Diabetes. Während des Einsatzes sollen erhöhte Risiken, z. B. für urogenitale Infektionen, Polyurie, Exsikkose und Verschlechterung der Nierenfunktion beachtet werden sowie das (seltene) Auftreten von (normoglykämischen) Ketoazidosen und Fournier-Gangrän. SGLT-2-Hemmer haben eine blutdrucksenkende Wirkung.

Für Metformin und SGLT-2-Hemmer bewährt sich die Empfehlung zum Pausieren der Medikation in Zeiten vermehrter Stressoren („Sick-days“).

Sotagliflozin und Dapagliflozin sind auch bei übergewichtigen Menschen (BMI >= 27 kg/m<sup>2</sup>) mit Typ-1 Diabetes Add on zur Insulintherapie zugelassen.

## Insulin

- Eine Insulintherapie sollte begonnen werden, wenn durch Lebensstiländerungen und/oder orale Antidiabetika das individualisierte Therapieziel nicht erreicht werden kann bzw. orale Antidiabetika aufgrund von Kontraindikationen nicht mehr verabreicht werden dürfen oder dadurch Polypharmazie reduziert werden kann.
- Vor einer Insulintherapie sollte entschieden werden, ob Insulin als Monotherapie oder in Kombination mit oralen Antidiabetika gegeben werden soll. Welche Therapie mit Insulin gewählt wird, entscheiden vor allem der Patientenwunsch, die kognitiven und feinmotorischen Fähigkeiten sowie das soziale Umfeld und das Therapieziel.

Folgende Besonderheiten gelten insbesondere auch für geriatrische Patienten:

Kurz wirksame Insuline (Normal- und Analoginsuline):

- Alle kurz wirksamen Insuline können aus Sicherheitsgründen ohne Spritz-Ess-Abstand oder auch bei Appetitlosigkeit oder Demenz nach Beginn einer Mahlzeit gegeben werden.

Lang wirkende Insuline (NPH- und Analoginsuline):

- Die Rate nächtlicher Hypoglykämien ist unter analogen Basalinsulinen bei normoglykämischem Therapieziel geringer als unter NPH-Insulinen. Trübe NPH-Insuline haben den Nachteil, dass sie vor der Injektion gut gemischt werden müssen.
- Unter der Voraussetzung von regelmäßiger Mahlzeiteinnahme und Bewegung können Mischinsuline zum Einsatz kommen, wenn weniger Injektionen und Blutzuckerkontrollen gewünscht sind.
- Insulin Degludec kann zu variabler Injektionszeit gespritzt werden, was die Verabreichung z. B. durch Pflegedienste erleichtert.

## Die Versorgung von Patienten in häuslicher und langzeitstationärer Pflege

Komplexe Insulintherapieschemata werden im hohen Lebensalter häufig mit zu strenger Einstellung eingesetzt. Gleichzeitig ist die Kommunikation bzgl. einer Insulintherapie zwischen Hausärzten und Pflegekräften unzureichend, und Notfallanweisungen sind zu selten vorhanden.

## Technologie

Technische Hilfsmittel zum Diabetesmanagement für Ältere sind bereits seit vielen Jahren auf dem Markt. Während sich mechanische Hilfsmittel wie altengerechte Blutzuckermessgeräte oder altengerechte Insulin-Pens bereits gut etabliert haben und eine gute Akzeptanz finden, sind elektronische Hilfsmittel (z. B. Medikamentendosen mit Erinnerungsfunktion) oder auch digitale Hilfsmittel (PC-Programme oder Apps) noch nicht in den breiten Einsatz gelangt.

Die Bewertung einzelner Hilfsmittel findet sich im Praxistool 3 (siehe Anhang).

## BZ-Selbstkontrolle

Die Blutzuckerselbstkontrolle soll individuell und im Rahmen der Möglichkeiten (Selbstversorgungskompetenz) des Patienten sowie der ihn versorgenden Zugehörigen erfolgen.

Bei stark schwankenden Blutglukosewerten und in einer Umstellungsphase ist auch bei älteren Menschen mit Diabetes der Einsatz von FGM/CGM hilfreich und verbessert die Lebensqualität.

## Geriatrische Syndrome und spezielle Situationen im hohen Lebensalter

### Frailty und Sarkopenie

Frailty und Sarkopenie sind zwei geriatrische Syndrome, denen große Bedeutung für den Erhalt von Funktionalität, Selbstständigkeit und Lebensqualität des älteren Menschen zukommt.

Frailty ist ein multidimensionales Syndrom, das durch verminderte funktionelle Reserven, eine reduzierte Widerstandskraft gegenüber Stressoren und eine erhöhte Vulnerabilität gegenüber negativen gesundheitlichen Ereignissen wie Stürzen, Heimunterbringung und Mortalität gekennzeichnet ist. Frailty wird anhand von fünf Kriterien (Praxistool) diagnostiziert, die einen physischen Phänotyp beschreiben.

Unter einer Sarkopenie versteht man den altersassoziierten Verlust von Muskelmasse und Muskelfunktion, der oft mit Schwäche und Sturzgefahr einhergeht. Beide treten bei älteren Menschen mit Diabetes häufiger auf, als in der Bevölkerung ohne Diabetes.

- Ein Sarkopenie-/Frailty-Screening sollte bei älteren Patienten mit Diabetes erfolgen.
- Eine optimierte Ernährung sowie adaptierte Trainingsprogramme sollten die Basis der Therapie bei Sarkopenie und Frailty darstellen.
- Bei Patienten mit erhöhter Sturz- und Frakturrate sollten Maßnahmen zur Sturzprophylaxe durchgeführt werden.

### Depression

Depressionen sind häufig vorkommende psychische Störungen bei alten Menschen mit Diabetes. Ein bidirektionaler Zusammenhang ist bekannt und auch eine wechselseitige negative Beeinflussung bezüglich körperlicher Aktivität, Compliance/Adherence oder Demenz. Mit einigen Einschränkungen können ältere Patienten mit Diabetes in gleicher Weise behandelt werden wie Jüngere.

- Bei älteren Menschen mit Diabetes soll einmal jährlich ein Depressionsscreening durchgeführt werden. Bei positivem Ergebnis soll ein validiertes, altersspezifisches Verfahren durchgeführt werden.
- Bei älteren Menschen mit Diabetes und Depressionen sollte wegen des erhöhten Suizidrisikos besonders auf Anzeichen einer möglichen Suizidalität geachtet werden.
- Interventionen, die körperliche Aktivität und soziale Kontakte fördern, sollten in der Depressionsbehandlung angewendet werden.

### Demenz

In Deutschland leben derzeit ca. 1,7 Mio. Menschen mit Demenz. Menschen mit Typ-2-Diabetes haben im hohen Lebensalter ein im Vergleich zu Menschen ohne Diabetes erhöhtes Demenzrisiko. Demenz wirkt sich negativ auf andere geriatrische Syndrome aus, insbesondere Frailty, und geht mit einer schlechteren Stoffwechseleinstellung und einem erhöhten Risiko für Hypoglykämien einher.

- Bei älteren Menschen mit Diabetes sollte einmal jährlich ein Screening der kognitiven Leistungsfähigkeit mit einem validierten Verfahren durchgeführt werden.
- Die kognitiven Anforderungen der Diabetesbehandlung sollten an die kognitive Leistungsfähigkeit des Menschen mit Diabetes angepasst werden.
- Schulungsmaßnahmen sollten an die kognitive Leistungsfähigkeit der Menschen mit Diabetes angepasst sein und die Komplexität der vermittelten Inhalte und des Sprachniveaus sollte entsprechend adaptiert werden.
- Körperliche Aktivierung und Aktivität sollten im Rahmen der vorhandenen körperlichen Fähigkeiten eines alten Menschen mit Diabetes und Demenz gefördert werden.

### Harninkontinenz

- Die diabetische Zystopathie ist häufig mit der diabetischen Neuropathie assoziiert. Eine Polyneuropathie sollte daher stets Anlass für die Untersuchung der Blasenfunktion sein.
- Bei älteren Menschen mit Diabetes sollte mindestens einmal jährlich ein Inkontinenzassessment erfolgen.
- Blasenverweilkatheter sollten möglichst vermieden werden; eine Indikation für den Blasenverweilkatheter bei Harninkonti-

nenz ist erst bei Versagen, Ablehnung oder Nichtanwendbarkeit aller anderen Optionen gegeben.

## Besonderheiten in der Pflege

- Planung und Evaluation der Pflege sollten stets evidenzbasiert erfolgen – und zwar unter Einbezug aktueller Expertenstandards (DNQP) und interdisziplinärer Versorgungsleitlinien (AWMF).
- Die Situations- und Risikoeinschätzung sollte stets gemeinsam mit dem Hausarzt und allen an der Versorgung beteiligten Berufsgruppen erfolgen.
- Im Informationsaustausch über die verschiedenen Versorgungsbereiche hinweg (primärärztliche Versorgung, Krankenhaus, ambulante und langzeitstationäre Pflege u. a.) sollten Screening-/Assessmentinstrumente gemeinsam genutzt werden.
- Zu den Pflegeschwerpunkten geriatrischer Patienten mit Diabetes sollen v. a. Folgendes gehören: Hypoglykämievermeidung, Prävention des diabetischen Fußsyndroms, Erfassung von Schmerzen (insbesondere auch mit Blick auf Polyneuropathien), Beobachtung der Haut, Wundassessments und -management sowie Förderung der Mundgesundheit, Erfassung der Ernährungssituation, Kontinenzhaltung und -förderung und Erfassung von Mobilitätseinschränkungen/Sturzgefahr.
- Veränderte Versorgungsbedarfe des vulnerablen geriatrischen Patienten mit Diabetes sollten unverzüglich und standardisiert an die sich anschließenden Versorgungsebenen/Leistungserbringer übermittelt werden (Überleitungsmanagement), um die Anpassung der medizinischen, pflegerischen und therapeutischen Leistungen nahtlos anschließen zu können.
- Die Pflegedokumentation sollte stets in der berufsgruppenübergreifenden gemeinsamen Fallplanung herangezogen werden.
- Der Zeitpunkt soll bei der Einnahme oraler Antidiabetika passend zum/zur verordneten Arzneistoff/-gruppe gewählt werden.
- Bei der Gabe von Insulin oder insulinotropen Medikamenten (insbesondere bei Sulfonylharnstoffen) soll eine ausreichende Nahrungszufuhr sichergestellt werden, um eine Hypoglykämie zu vermeiden.
- Um eine subkutane Insulininjektion zu gewährleisten, soll die Kanülenlänge passend zur Konstitution des Patienten gewählt werden.
- Penkanülen sollen nicht mehrfach verwendet werden.
- Zur Vermeidung von Lipohypertrophien sollte der (wechselnde) Injektionsort in einem Rotationsplan festgelegt werden.
- Der Injektionsort soll mit Blick auf die Resorptionsgeschwindigkeit des Insulins, eventuell vorhandene Hautläsionen oder Lipohypertrophien gewählt und in einem Rotationschema festgehalten werden.
- Ältere Menschen mit Diabetes, die ihre Insulintherapie und Stoffwechselkontrolle selbst durchführen, sollten regelmäßig – insbesondere aber auch bei Neueinstellungen und Umstellungen der Therapie – auf ihre kognitiven und sensomotorischen Fähigkeiten hin betrachtet werden. Dafür eignen sich bestimmte Tests aus dem geriatrischen Assessment.
- Schulungsinhalte sollten über die Versorgungsebenen hinweg, vor allem aber zwischen Krankenhaus, Hausarzt und häuslicher Pflege inhaltlich abgestimmt und so gemeinsam evidenzgesichert werden.

Der Anteil der Diabetespatienten unter älteren Menschen ist über alle Pflegeeinrichtungen, ambulante Dienste, Heime und Kliniken, mit mindestens 25–30% sehr hoch. Gleichzeitig ist der Zugang zu diabetologischer Expertise für diese Patientengruppe gering und nicht für alle Regionen gesichert. Um flächendeckend eine leitlinienorientierte Versorgung pflegebedürftiger Menschen mit Diabetes sicherzustellen, wurde dem Weiterbildungsangebot der Deutschen Diabetes Gesellschaft (DDG) eine eigene Weiterbildungssäule „Diabetes-Pflege“ hinzugefügt. Die Weiterbildungssäule besteht aus einer Basisqualifikation sowie der Weiterbildung zur Diabetes-Pflegefachkraft DDG mit Zusatzbezeichnung des Tätigkeitsfelds „Langzeit“ oder „Klinik“ (siehe [www.deutsche-diabetes-gesellschaft.de](http://www.deutsche-diabetes-gesellschaft.de)).

Da die Mehrheit der pflegebedürftigen Menschen mit Diabetes in der Häuslichkeit von Angehörigen versorgt wird, gilt es auch, diesen Angehörigen ein spezielles Diabetes-Fortbildungsangebot zu machen. Derzeit ist nur ein einziges Angehörigen Fortbildungsprogramm DiaLife des VDBD (siehe [www.vdbd.de](http://www.vdbd.de)) in der Evaluation. Diabetes-Inhalte sind auch in geringen Teilen bei der AOK-geförderten familialen Pflege ([www.aok.de/gp/pflegekurse](http://www.aok.de/gp/pflegekurse)) enthalten. Die AG Geriatrie und Pflege der DDG prüft aber aktuell die Möglichkeiten zum Ausbau und Fokussierung dieser Programme auf die Belange geriatrischer Patienten mit Diabetes.



## Anhang: Praxistools

### Praxistool 1 Testverfahren des geriatrischen Assessments und ihre Bedeutung für die Domänen der Diabetesbehandlung

Bereich	Besonderheiten	Testverfahren	Kurz und praktikabel
Schulung	Testung der Kognition, spezielles Kurrikulum/Medien erforderlich, Schulung von An- und Zugehörigen/Pflegefachkräften	Visus, Gehör, Uhrentest, Mini Mental State Examination (MMSE) (n. Folstein), Geldzähltest, DemTect, Geriatric Depression Scale (GDS)	Uhrentest, Geldzähltest
Bewegung	Bewegungstherapie erschwert, realistische Empfehlungen (Spaziergehen) sinnvoll, Effekte auf Knochen, Sturz/ Frakturen, Kognition	Timed Up & Go, 5-chair-rise, Semi-Tandem/Tandem-Stand, Tinetti-Test	Timed Up & Go
Ernährung	häufig Malnutrition im Alter, übliche Ernährungsempfehlungen (Vollkorn, Abnehmen) nicht sinnvoll, alltagsrealistische Empfehlungen nötig	Gebisszustand, Schluckendoskopie, Mini-Nutritional Assessment (MNA), NRS 2002	MNA-Screening
Pharmakotherapie	Multimedikation und Anfälligkeit für iatrogene Schädigung beachten, Kognition und Depression sind Determinanten der Compliance, Insulin, wenn nötig, einsetzen	Überprüfung der Fähigkeit zur Medikamenteneinnahme, Geldzähltest	

### Praxistool 2 Allgemeine Therapieziele im Sinne einer Verbesserung der Lebensqualität

- Vermeidung von Akutkomplikationen (vor allem Hypoglykämien)
- Minimierung der Nebenwirkungen der Therapie (z. B. schwere Hypoglykämien) und der Belastungen des Patienten durch die Therapie (Vermeidung von Multimedikation)
- Reduktion von geriatrischen Syndromen
- Kompetenzsteigerung (Empowerment) der Betroffenen im Umgang mit der Erkrankung
- Verminderung eines Krankheitsstigmas
- Behandlungszufriedenheit
- Förderung der Therapieadhärenz durch individuell angepasste Therapie
- regelmäßige Überprüfung des Therapieverständnisses (kognitiv, sensomotorisch, psychisch) und der individuellen Möglichkeiten
- Vermeidung und Behandlung von Symptomen durch die Verbesserung der Stoffwechseleinstellung
- Behandlung und Besserung von Begleitkrankheiten
- Vermeidung einer Übertherapie durch Reduktion einer Polypharmazie, wo möglich
- Vermeidung einer Überdiagnostik, wo möglich

### Praxistool 3 Technologie für Ältere

#### Mechanische Hilfsmittel:

- Lupen und andere Sehhilfen, sprechendes BZ-Messgerät (sehr geeignet)
- BZ-Messgeräte ohne Kalibrierung mit großem Display und einfacher Bedienung (sehr geeignet)
- Insulin-Pens mit einfacher Auslösung und geringem Daumen-Druck (sehr geeignet)
- Schritt-für-Schritt-Anleitungen in Alltagsgegenstände integriert (sehr geeignet)
- Medikamentendosetten mit Wochenvorrat (sehr geeignet)

#### Technische Hilfsmittel für ältere Menschen mit Diabetes im erweiterten Sinne:

- Automatische Blutdruckmessgeräte, präferenziell mit Oberarmmanschette und elektrischer Pumpe
- Gehhilfen bei Polyneuropathie und/oder Gebrechlichkeit (z. B. Gehbock, Rollator)
- Frakturprävention (z. B. Safehip-Schutzhosen, Antirutschsocken)

#### Elektronische Hilfsmittel:

- PC-Programme zur Analyse erhobener Messwerte und Daten (teilweise geeignet)
- Apps zur Verbesserung der Therapietreue (teilweise geeignet)

- Apps zum Datenmanagement und zur BZ-Steuerung (teilweise geeignet)
- Technische Hilfen zur Erinnerung an Medikamenteneinnahme oder Insulin-Injektion (teilweise geeignet)
- Automatische Beleuchtungen mit Bewegungssensoren zur Sturzvermeidung (sehr geeignet)
- Sensormatten oder RFID-/GPS-Systeme zur Sicherheitsverbesserung beispielsweise bei Demenzerkrankung (bedingt geeignet)
- FGM-Sensoren sind auch für betagte Menschen mit Diabetes leicht bedienbar und können zu verbesserter Blutglukoseeinstellung und besserer Lebensqualität führen.
- CGM-Systeme sind auf Grund komplexerer Bedienung nur für wenige Ältere geeignet
- FGM- und CGM-Systeme, insbesondere bei Integration in elektronische Patientenakten, können in der ambulanten und stationären Pflege einen wichtigen Teil zur kontinuierlichen und besseren Stoffwechselkontrolle pflegebedürftiger Menschen mit Diabetes und Insulintherapie leisten. Damit ließen

sich rechtzeitig Therapiekorrekturen durchführen und unnötige Klinikeinweisungen vermeiden.

## Literatur

Literaturangaben siehe

Bahrman, A., et al. AWMF S2k-Leitlinie Diabetes im Alter (2018) S2k-Leitlinie Diagnostik, Therapie und Verlaufskontrolle des Diabetes mellitus im Alter. Diabetologie und Stoffwechsel, 13(05), 423–489 <https://www.awmf.org/leitlinien/detail/ll/057-017.html>

## Interessenkonflikt

AB erhielt Honorare für Vorträge von den Firmen Bayer, Böhlinger Ingelheim, Pfizer, Daiichi Sankyo, Lilly, NovoNordisk, Novartis und Sanofi-Aventis. AZ erhielt Honorare für Vortragstätigkeiten von Berlin-Chemie, Boehringer-Ingelheim, Lilly, Novo-Nordisk und Sanofi-Aventis. JW erhielt Honorare für Vortragstätigkeiten von Pfizer, Novo-Nordisk, Sanofi-Aventis, Novartis, Chiesi und Boehringer Ingelheim.

**Hinweis:** Dieser Artikel wurde gemäß dem Erratum vom 29.10.2021 geändert.