



Deutsche Diabetes Gesellschaft

P R E S S E M I T T E I L U N G

Frauen mit Diabetes kommen früher in die Wechseljahre Was Patientinnen beachten müssen

Berlin, Februar 2018 – Frauen mit Diabetes kommen frühzeitiger in die Wechseljahre als Frauen ohne Diabetes. Zudem steigt durch das so genannte Klimakterium das Risiko für Herz-Kreislaferkrankungen bei Diabetes-Patientinnen an. Die Gründe sind das sinkende Östrogen, die dadurch schwankenden Blutzuckerwerte und die Neigung zur Gewichtszunahme. Die Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG) rät betroffenen Frauen daher zu einer engmaschigen Blutzuckerkontrolle und empfiehlt, die Therapie gegebenenfalls der neuen Hormonlage anzupassen. Bei einer Hormontherapie sollten Vor- und Nachteile individuell abgewogen werden.

„Bei Frauen mit Diabetes erschöpft sich der Eizellenvorrat schneller. Das führt dazu, dass sie früher in die Wechseljahre kommen“, erklärt DDG Expertin Professor Dr. med. Petra-Maria Schumm-Draeger. Wissenschaftler vermuten, dass diabetesbedingte Gefäßveränderungen die Ursache für diesen beschleunigten Alterungsprozess sind. Mit dem Versiegen der Eierstöcke schwindet auch das Hormon Östrogen, das die Insulinempfindlichkeit beeinflusst. „Viele Patientinnen kennen diesen Zusammenhang allerdings nicht und werden von plötzlichen Blutzuckerschwankungen überrascht“, berichtet die Ärztliche Direktorin des Zentrums für Innere Medizin Fünf Höfe in München.

Dabei gilt: Auch Patientinnen mit einem bislang gut eingestellten Diabetes leiden im Klimakterium unter schwankenden Blutzuckerwerten, da das Östrogen nicht kontinuierlich, sondern oftmals sprunghaft abnimmt. „Der vermehrte Stress, verursacht durch Schlafstörungen und Hitzewallungen, tut sein Übriges, um den Blutzuckerspiegel negativ zu beeinflussen“, betont Schumm-Draeger.

Die Münchener Internistin empfiehlt Diabetes-Patientinnen daher, sich rechtzeitig mit dem Thema Wechseljahre auseinanderzusetzen. „Es ist ratsam, sich beizeiten vom behandelnden Diabetologen beraten zu lassen“, meint die DDG Expertin. Denn Östrogenmangel setzt nicht nur die Insulinempfindlichkeit herab, sondern steigert auch die Gefahr für Herz-Kreislaufkrankungen. „Zudem darf man nicht vergessen, dass die hormonelle Umstellung bis zu zehn Jahre dauern kann – da ist ein gut eingestellter Blutzuckerstoffwechsel für ein gesundes Altern unabdingbar“, ergänzt DDG Präsident Professor Dr. med. Dirk Müller-Wieland.

Generell sollten Patientinnen sowohl mit Diabetes Typ 2 als auch mit Typ 1 dringend ihren Lebensstil an die neue Situation anpassen, indem sie sich ausreichend bewegen und bewusst ernähren. Wichtig dabei ist, weniger Kalorien zu sich zu nehmen als bisher. „Die Wenigsten wissen, dass in diesem Lebensabschnitt der Grundbedarf an Kalorien deutlich reduziert ist, so dass leider deutlich weniger Kalorien nötig sind, um das Körpergewicht stabil zu halten“, so Schumm-Draeger. Passt die Patientin ihre Ernährungsgewohnheiten nicht an, drohen Übergewicht und daraus resultierende Folgeerkrankungen wie Herzkreislaufleiden.

Darüber hinaus werten Diabetes-Patientinnen typische Wechseljahresbeschwerden wie Herzrasen und Schweißausbrüche häufig fälschlicherweise als Symptome für Unterzuckerung und begegnen dem mit erhöhter Nahrungsaufnahme. „Auch das führt zu Übergewicht und einer schlechteren Blutzuckereinstellung“, so Schumm-Draeger. Häufigere Blutzuckermessungen helfen, das Missverständnis zu umgehen.

Ob eine Frau von einer Hormontherapie profitiert, lässt sich nicht pauschal beantworten. „Wir empfehlen, bei starkem Übergewicht und Bluthochdruck eine Hormontherapie sorgfältig zu überdenken“, so Schumm-Draeger. Bei Patientinnen mit Gebärmutter- oder Brustkrebs eigne sich die Behandlung eher nicht. „In jedem Fall sollten Vor- und Nachteile zwischen Arzt und Patientin individuell abgewogen werden“, betont auch DDG Präsident Müller-Wieland.

Jetzt bewerben für die DDG Medienpreise 2018!

Die DDG schreibt in diesem Jahr **vier Medienpreise** aus, die mit insgesamt 6.000 Euro dotiert sind. Eingereicht werden können **Artikel** (Print und Online), **Fernseh- und Hörfunk-Beiträge** sowie **Websites, Blogs oder You-Tube-Videos** (für die neue Kategorie „Online-Sonderpreis“), die zwischen dem 1. August 2017 und dem 31. Juli 2018 publiziert wurden. **Einsendeschluss** ist der **31. Juli 2018**. Weitere Informationen zur [Ausschreibung](#) auf der DDG Webseite.

Über die Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG):

Die Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG) ist mit mehr als 9.000 Mitgliedern eine der großen medizinisch-wissenschaftlichen Fachgesellschaften in Deutschland. Sie unterstützt Wissenschaft und Forschung, engagiert sich in Fort- und Weiterbildung, zertifiziert Behandlungseinrichtungen und entwickelt Leitlinien. Ziel ist eine wirksamere Prävention und Behandlung der Volkskrankheit Diabetes, von der mehr als sechs Millionen Menschen in Deutschland betroffen sind. Zu diesem Zweck unternimmt sie auch umfangreiche gesundheitspolitische Aktivitäten.

Kontakt für Journalisten:

Pressestelle DDG
Kerstin Ullrich
Postfach 30 11 20, 70451 Stuttgart
Tel.: 0711 8931-641, Fax: 0711 8931-167
ullrich@medizinkommunikation.org

Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG)
Geschäftsstelle
Katrin Bindeballe
Albrechtstraße 9, 10117 Berlin
Tel.: 030 3116937-24, Fax: 030 3116937-20
bindeballe@ddg.info
www.ddg.info