

PRESSEMITTEILUNG

**15. Diabetes Herbsttagung der Deutschen Diabetes Gesellschaft (DDG)  
in Kooperation mit der Deutschen Adipositas-Gesellschaft (DAG)**

5. bis 6. November 2021 in Wiesbaden und online

**Depressionen, Angst, Essstörungen:  
DDG und DAG warnen vor unzureichender psychischer Versorgung von  
Menschen mit Diabetes und Übergewicht**

**Berlin – Wie gut Menschen mit Diabetes oder Adipositas mit ihrer Erkrankung leben können, hängt nicht zuletzt davon ab, wie zuverlässig sie die notwendige Selbstbehandlung – vom Blutzuckermessen über Bewegung bis hin zu einer angepassten Ernährung – meistern. Denn psychische Erkrankungen wie Depressionen und Ess- oder Angststörungen behindern die Selbstmanagementfähigkeiten immens. Dennoch fehlt es derzeit an ausreichend ausgebildeten Psychotherapeutinnen und -therapeuten, ambulanten Beratungsstellen und niederschwelliger Unterstützung. Wie die psychosoziale Versorgung Betroffener verbessert werden kann, erläutern Expertinnen und Experten der Deutschen Diabetes Gesellschaft (DDG) und der Deutschen Adipositas-Gesellschaft (DAG) bei einer Pressekonferenz am 5. November 2021, die anlässlich der Diabetes Herbsttagung in Wiesbaden sowie online stattfindet.**

Depressionen treten bei Menschen mit Diabetes doppelt so häufig auf wie bei jenen, die nicht unter der Stoffwechselerkrankung leiden (1). „Die beiden Erkrankungen stehen in einer Wechselwirkung zueinander, die dazu führt, dass sich bei fehlender Behandlung beide Erkrankungen im Krankheitsverlauf gegenseitig negativ beeinflussen oder sogar eine die andere bedingt“, erläutert Susan Clever, Psychologin an der Diabetespraxis Hamburg-Blankenese. Menschen mit Diabetes ebenso wie Menschen mit starkem Übergewicht seien Stigmatisierungserfahrungen ausgesetzt, die sich negativ auf ihren Umgang mit Therapieempfehlungen auswirken können. Hinzu kommt die Abhängigkeit von mit den Erkrankungen verbundenen Kennzahlen wie Gewicht und Blutzuckerwerten so wie die Erfahrung, diese nur in einem begrenzten Ausmaß beeinflussen zu können, was wiederum Ängste und Überforderungsgefühle auslösen könne. „Rückschläge bei der Selbstbehandlung können dann dazu führen, dass Betroffene auf besonders belastende Schritte wie das Spritzen von Insulin verzichten und damit Gefahr laufen, in eine Abwärtsspirale zu kommen, bei der sich der psychische und körperliche Zustand stetig verschlechtert“, warnt die Expertin.

Das notwendige, gesunde, regelmäßige und der jeweiligen Erkrankung angepasste Essen wird zudem für viele Menschen mit Diabetes oder Adipositas durch Essstörungen erschwert. „Beim Insulinpurgieren verzichten die Patientinnen und Patienten beispielsweise auf Insulin, um die Gewichtsabnahme anzukurbeln. Patienten, die an einer Binge-Eating-Störung leiden, haben regelmäßig wiederkehrende Essanfälle“, sagt Clever. Solche Essstörungen beeinflussen die jeweilige Grunderkrankung negativ und können sogar ein lebensgefährliches Ausmaß annehmen. Auch für die Adipositas ohne begleitenden Diabetes gelte, dass starkes Übergewicht selten in seiner großen Komplexität und mit

den häufig verbundenen psychischen Begleiterkrankungen wahrgenommen und behandelt werde. Vermeintlich einfache Empfehlungen zur Verhaltensänderung und Disziplin durch behandelnde Medizinerinnen und Mediziner wirken eher kontraproduktiv und verstärken die wiederholte Erfahrung eigenen Scheiterns bei den Betroffenen. „Deswegen bedarf jede psychische Komorbidität bei Diabetes und Adipositas einer begleitenden psychotherapeutischen Behandlung durch Fachpersonal, das mit den Spezifika von Stoffwechselerkrankungen vertraut ist“, so die Expertin. Entsprechende Behandlungsangebote seien derzeit aber nicht ausreichend vorhanden.

Zwar hat die Bundespsychotherapeutenkammer im Jahr 2017 die Muster-Weiterbildungsordnung für Psychologische Psychotherapeuten erweitert und ermöglicht nun den Länderkammern, eine Weiterbildung „Psychotherapie bei Diabetes“ anzubieten. Aktuell verfügen jedoch nur 65 Psychotherapeuten bundesweit über diese Bezeichnung – auch weil der finanzielle Anreiz fehle, so Clever. Die stationären diabetologischen Einrichtungen in Deutschland, die den Nachwuchs in der Diabetologie bisher gesichert haben, werden indes weiterhin reduziert. Diese Reduktion betrifft auch die Weiterbildungsplätze für den fachpsychologischen Nachwuchs. Aktuell sind 200 Diabetesfachpsychologinnen und -psychologen von der DDG zertifiziert, die eine geeignete Beratung für Betroffene mit einem sogenannten diabetesbezogenen Distress, etwa begleitenden Stress- und Angstgefühlen, anbieten könnten. „Dieses Angebot ist zurzeit leider nur stationär verfügbar, wo nur ein Bruchteil der Menschen mit Diabetes versorgt wird. Das aktuelle Vergütungssystem sieht nicht vor, dass Diabetesschwerpunktpraxen zeitnah ein niederschwelliges Beratungsangebot durch zertifizierte Diabetesfachpsychologen anbieten können“, ergänzt Professor Dr. med. Werner Kern, Tagungspräsident der DDG und Ärztlicher Leiter des Endokrinologikum Ulm. Eine adäquate psychosoziale Versorgung fange bei der Initialbehandlung eines Diabetes oder einer Adipositas an, müsse aber unter Umständen auch über einen längeren Zeitraum ambulant fortgeführt werden können.

Wie die psychosoziale Versorgung von Menschen mit Diabetes und Adipositas in Deutschland weiter verbessert werden kann, diskutieren die Experten auch auf der hybriden Kongresspressekonferenz am 5. November 2021 anlässlich der 15. Diabetes Herbsttagung der Deutschen Diabetes Gesellschaft (DDG) in Kooperation mit der Deutschen Adipositas-Gesellschaft (DAG).

Quellen:

(1) Depression as a Risk Factor for Mortality in Individuals with Diabetes: A Meta-Analysis of Prospective Studies. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0079809>

### **Über die Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG):**

Die Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG) ist mit mehr als 9200 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 rund sieben Millionen Menschen in Deutschland betroffen sind. Zu diesem Zweck unternimmt sie auch umfangreiche gesundheitspolitische Aktivitäten.

**Ihr Kontakt für Rückfragen:**  
Pressestelle



Diabetes Herbsttagung  
Stephanie Balz  
Postfach 30 11 20, 70451 Stuttgart  
Telefon: 0711 8931-168  
Telefax: 0711 8931-167  
[balz@medizinkommunikation.org](mailto:balz@medizinkommunikation.org)  
[www.herbsttagung-ddg.de](http://www.herbsttagung-ddg.de)