

Lichtblick für alle Typ-2-Diabetiker: Wer regelmässig seinen Blutzucker misst, hat gute Chancen länger zu leben. Dies zeigt eine grosse Studie, die in Deutschland an über 3000 Typ-2-Diabetes-Patienten durchgeführt wurde. Diabetes-Experte Prof. Giatgen A. Spinas erläutert die wichtigsten Resultate.

NEUE STUDIE ZUR BLUTZUCKERMESSUNG

«Blutzucker-Selbstkontrolle verlängert das Leben»



Foto: FDB

Prof. Giatgen A. Spinas
Direktor Klinik für Endokrinologie und Diabetologie, Universitätsspital Zürich

INTERVIEW: KARIN MÜLLER

Welches sind die wichtigsten Ergebnisse der Rosso*-Studie?

Prof. Giatgen A. Spinas: Patienten mit Typ-2-Diabetes, die regelmässig Blutzucker-Selbstkontrollen durchführten, erlitten weniger diabetesbedingte Erkrankungen wie etwa Herzinfarkte, Schlaganfälle, Erblindungen, Nierenerkrankungen. Und: Sie lebten auch länger. Das Sterberisiko war also deutlich geringer als bei jenen Patienten, die keine Blutzucker-Selbstkontrollen durchführten. Die Studienleiter erachten es aufgrund dieser Ergebnisse als erwiesen, dass sich die Blutzucker-Selbstkontrolle positiv auf den Krankheitsverlauf und die Lebenserwartung von Patienten mit Typ-2-Diabetes auswirkt – und zwar unabhängig davon, ob sie Insulin spritzen oder mit Tabletten behandelt werden.

Was bedeuten diese Ergebnisse für die Patienten?

Es lohnt sich zu lernen, den Blutzucker

selbst zu messen und die Behandlung den Messresultaten anzupassen. Wie häufig und wann man den Blutzucker messen soll, hängt davon ab, womit man behandelt wird: mit Insulin oder Tabletten. Das muss man individuell mit dem behandelnden Arzt absprechen. Wichtig ist, dass man aus den selbst gemessenen Werten auch Konsequenzen zieht.

Und was bedeuten die Studienergebnisse für die behandelnden Ärzte?

Arzt und Patient können aufgrund individueller Daten das Management der Krankheit gemeinsam angehen. Genau diese Zusammenarbeit von Arzt und Patient trug wohl zu den guten Ergebnissen der Rosso-Studie bei.

Wie viele Typ-2-Diabetiker gibt es zurzeit in der Schweiz?

Wir kennen keine genauen Zahlen, nehmen aber an, dass in der Schweiz etwa 250'000 bis 300'000 Personen mit Diabetes leben.

90 Prozent davon leiden an Diabetes mellitus Typ 2.

Gemäss Studie konnte die Sterblichkeitsrate massiv gesenkt werden. Müsste man nun nicht auch in der Schweiz flächendeckend die Blutzucker-Selbstkontrolle einführen? Sozusagen als Prävention?

Eine Blutzucker-Selbstmessung kann die Prognose der Patienten mit Typ-2-Diabetes unabhängig von der Therapieart verbessern. Die Studie sagt aber nichts aus über die Häufigkeit der Blutzucker-Selbstmessung. Diese Frage muss anhand weiterer Studien untersucht und auch hinsichtlich des Kosten-Nutzen-Verhältnisses analysiert werden. Heute kann man sagen, dass die Blutzucker-Selbstmessung in irgendeiner Form ein integraler Bestandteil der Therapie bei Typ-1- und Typ-2-Diabetes darstellt. Wann und wie oft bei nicht insulinbehandelten Typ-2-Diabetikern gemessen werden soll, muss meiner Meinung nach in jedem Fall individuell abgeschätzt werden.

SO WURDE DIE STUDIE DURCHFÜHRT

► In die *Rosso-Studie 1 wurden 3268 Typ-2-Diabetes-Patienten aus Hausarzt- und Internistenpraxen in Deutschland über eine mittlere Beobachtungszeit von 6,5 Jahren einbezogen. Untersucht wurde die Effektivität der Blutzucker-Selbstkontrolle an aufgetretener Ereignisse: Die definierten nicht tödlichen Endpunkte waren Herzinfarkt, Schlaganfall, Erblindung, Hämodialyse (künstl. Niere) und Amputation.

Für die Ermittlung der Mortalitätsrate wurden alle Todesfälle, unabhängig von der jeweiligen Todesursache, analysiert. Von den erfassten Patienten kontrollierten 1479 ihre Blutzuckerwerte, 1789 nicht. Zusätzlich begannen 64 Patienten nach einem nicht tödlichen Ereignis mit der Blutzucker-Selbstkontrolle. Deshalb wurden für die Mortalitätsanalyse schliesslich 1543 Patienten mit Blutzucker-Selbstkontrolle berücksichtigt.