

## Infos zu Diabetes mellitus:

Bei der sogenannten Zuckerkrankheit ist der Stoffwechsel der Kohlenhydrate gestört. Dies geschieht aufgrund von mangelhafter Insulinwirkung oder gänzlichem Fehlen der körpereigenen Insulinproduktion. Einfach gesagt: der Zucker kann nicht mehr ausreichend aus der Blutbahn entfernt werden und damit die Zellen nicht mehr ausreichend mit Energie versorgt werden.

*Symptome:*

### 1. Erhöhte Blutzuckerwerte und Zucker im Urin:

Blutwerte normal: nüchtern 70 – 110 mg/dl = 3,9 – 5,5 mmol/l

nach dem Essen 80 – 145 mg/dl

Blutwerte bei Diabetes: nüchtern über 140 mg/dl

nach dem Essen über 180 mg/dl

Bei Werten von 160 – 180 mg/dl Blutzucker tritt der Zucker aus dem Blut in den Harn über. Somit versucht der Körper die hohen Konzentrationen zu senken. Hierbei spricht man von der Nierenschwelle = wenn der Zucker aus dem Blut in den Harn übertritt. (dies kann von Mensch zu Mensch unterschiedlich sein)

### 2. Durstgefühl und vermehrtes Wasserlassen:

Zucker kann nur über die Niere ausgeschieden werden und hierzu muss er mit viel Wasser verdünnt werden. Dieses dazu nötige Wasser wird dem Körper entzogen und sorgt so für den typischen Durst, welcher auch immer gestillt werden sollte! Durch die vermehrte Flüssigkeitsaufnahme kommt es zwangsläufig auch zum vermehrten Wasserlassen.

### 3. Müdigkeit und Mattigkeit:

Durch das Fehlen des Insulins kann der Zucker nicht mehr ausreichend in die Zellen gelangen und diese somit auch nicht mit der notwendigen Energie versorgen. Die Folge ist eine Unterversorgung der Zellen und somit die Müdigkeit und Mattigkeit.

### 4. Gewichtsverlust:

Durch längere Unterversorgung der Zellen versucht der Körper dies auszugleichen, indem er den Reservezucker aus der Leber aufbraucht. Danach wird das Fettgewebe abgebaut und somit kommt es zum Gewichtsverlust, der je nach Dauer zwischen 10 und 30 kg liegen kann.

### 5. Ketoazidose:

Insulin ist auch für den Fettabbau wichtig. Da dieses nun fehlt, wird das Fett, welches der Körper abbaut um auszugleichen, auch nicht vollständig verbrannt. Dadurch entstehen die sogenannten Ketonkörper, welche zunächst im Atem und ab einer höheren Konzentration auch im Urin riech- und messbar sind. Je nach Konzentration der Ketonkörper im Blut kann es zur Bewusstlosigkeit kommen, welches man als diabetisches Koma bezeichnet.