

1. Massnahme bei Typ-2-Diabetes

Gewichtsmangement

9 von 10 Typ-2-Diabetikern sind übergewichtig. Da schon eine moderate Gewichtsreduktion sich positiv auf die Diabetes-Situation auswirkt, spielt das Gewichtsmanagement bei übergewichtigen Zuckerkranken eine zentrale Rolle. Zusätzlich zur notwendigen Änderung des Lifestyles – mehr Bewegung und eine Umstellung der Ernährung – kann der Wirkstoff Orlistat eingesetzt werden.

Diabetes-Fälle: stark steigend

In der Schweiz leiden ca. 250 000 Menschen an Diabetes. In 90 % der Fälle handelt es sich um Typ-2-Diabetes – der Form der Zuckerkrankheit, die meist langsam beginnt, erst in höherem Alter auftritt und bei der eine Insulinresistenz vorliegt. Nach wie vor weiss mehr als ein Drittel der Betroffenen nicht um ihre Krankheit.

Diabetes wird weiterhin stark zunehmen; Experten rechnen in den nächsten 20 bis 30 Jahren mit einer Verdoppelung der Diabetesfälle. Die International Diabetes Federation (IDF) hat angesichts der grossen Gesundheits- und Folgekosten dazu aufgerufen, sich verstärkt für die Prävention von Typ-2-Diabetes einzusetzen.



Angriffspunkt Übergewicht

Neun von zehn Menschen mit Typ-2-Diabetes sind übergewichtig. Die Ursachen für die überflüssigen Pfunde liegen meist im modernen Lifestyle: zu wenig Bewegung sowie übermässige und falsche Ernährung. «Übergewicht gilt als ein wichtiger beeinflussbarer Risikofaktor bei Typ-2-Diabetes» erklärt Prof. Ulrich Keller von der Abteilung für Diabetologie, Endokrinologie und klinische Ernährung der Universität Basel. Bei der Diabetes-Behandlung von übergewichtigen Patienten stellt daher eine Gewichtsabnahme die erste Massnahme dar. Dabei wird nicht mehr wie früher ein möglichst grosser, meist unrealistischer Gewichtsverlust angestrebt. Heute weiss man, dass selbst eine moderate Verringerung des Körpergewichtes von «nur» 5 Prozent bei übergewichtigen Diabetikern eine deutliche Verbesserung ihrer Diabetes-Situation mit sich bringt. Eine Gewichtsabnahme verbessert nicht nur die Blutzuckerwerte, sie vermindert auch bestimmte Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Krankheiten, wie Bluthochdruck und erhöhter Cholesterinspiegel.

Viel bewirkt eine Änderung des Lifestyles: Sich mehr und regelmässig bewegen und gleichzeitig weniger, dafür ausgewogener zu essen hilft, das Körpergewicht zu reduzieren. Zusätzlich kann die Gewichtsreduktion medikamentös unterstützt werden.



Orlistat unterstützt die Gewichtsabnahme

Orlistat ist eine Substanz, die ihre Wirkung im Magen-Darm-Trakt entfaltet – im Gegensatz zu Appetitzüglern, die auf das Gehirn einwirken. Der Wirkstoff hemmt das fettspaltende Enzym Lipase; dadurch wird rund 30% weniger Nahrungsfett aufgenommen. Er ist gut verträglich und zeigt kaum Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten; Nebenwirkungen wie Blutdrucksteigerung und Pulsratensteigerung, wie sie bei zentral-wirksamen Appetitzüglern vorkommen können, treten nicht auf.

Sieben klinische Studien bei übergewichtigen Patienten mit Typ-2-Diabetes haben gezeigt, dass der Wirkstoff – als zusätzliche Therapie zur Ernährungsumstellung – zu einer deutlich höheren Gewichtsabnahme führt und die Blutzuckerwerte verbessert. Eine Langzeitstudie über 4 Jahre hat auch die Wirkung in der Prävention von Typ-2-Diabetes dokumentiert: Das Risiko, einen Typ-2-

Diabetes zu entwickeln, sank bei Patienten, die Orlistat erhielten, um 37 Prozent.

Ab 1. Juni 2003 gilt die Kassenzulässigkeit für diesen Wirkstoff auch für die Behandlung von übergewichtigen Typ-2-Diabetikern (BMI ≥ 28 kg/m²), die gleichzeitig mit mindestens einem oralen Medikament gegen ihren Zucker behandelt werden.

Wird nach einem halben Jahr das Therapieziel erreicht (Gewichtsabnahme 5 kg und/oder Verringerung des HbA_{1c}-Wertes um mindestens 0.5%), werden die Kosten für eine Gesamttherapiedauer von 2 Jahren übernommen.

XLine – Motivation, die ins Gewicht fällt

Patienten, die mit Orlistat behandelt werden, steht mit «XLine – leichter abnehmen» kostenlos ein Betreuungsprogramm zur Verfügung, das ihnen hilft, für die Gewichtsabnahme realistische Ziele zu setzen und diese zu erreichen. Entwickelt – im Sinne einer ganzheitlichen Therapie zur Gewichtsverminderung – wurde XLine mit Unterstützung von Prof. Dr. Jürgen Margraf, Leiter des Instituts für klinische Psychologie und Psychotherapie an der Universität Basel. Mit den XLine-Beraterinnen stehen den Patienten speziell ausgebildete

Fachkräfte aus dem paramedizinischen Bereich zur Seite. Das Therapiebegleitprogramm wird auf die Patienten individuell zugeschnitten; die Betroffenen lernen, durch gesunde Ernährung, körperliche Bewegung, Änderung der Lebensgewohnheiten und medikamentöse Behandlung ihr Wunschgewicht zu erreichen und zu halten.

Durch die hohe personelle Konstanz des Teams wird sichergestellt, dass Patientinnen und Patienten während der gesamten Programmdauer von einem halben Jahr von der gleichen Beraterin betreut werden. Wie wichtig es ist, Patienten beim Gewichtsmanagement persönlich zu betreuen und immer wieder zu motivieren, zeigt eine erste Untersuchung: Nach vier Monaten hatten Patienten mit Orlistat im Begleitprogramm doppelt so viel Gewicht verloren und die Behandlung doppelt so lange befolgt, wie Patienten ohne Begleitprogramm.

Fotos: Archiv Samacom



Kontakte und Informationen

Bei Fragen oder für mehr Informationen wenden Sie sich bitte an Ihren Hausarzt, oder wählen Sie:
Tel. 0848 845 847

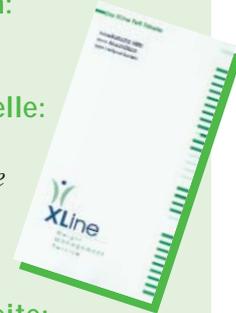
(12 Rp./Minute für Anrufe aus der Schweiz)

Tipps und Neuigkeiten

Wertvolle Tipps und Neuigkeiten können Sie zudem den folgenden Quellen entnehmen:

Der XLine Fett-Tabelle:

XLine Weight
Management Service
Postfach 442
4010 Basel



Oder der Internetseite:

www.roche-pharma.ch
mit dem Link:
[whatsnew.htm](#)