

SCREENING AUF SCHWANGERSCHAFTSDIABETES

Diabetes oder auch die „Zuckerkrankheit“ – Was ist das?

Diabetes ist eine Stoffwechselerkrankung mit einem Mangel an Insulin, welcher mehr oder weniger ausgeprägt sein kann. Insulin ist ein Hormon, welches für den Senkung des Blutzuckerspiegels zuständig ist. Es sorgt dafür, dass der Zucker aus dem Blut in die Zellen aufgenommen wird – es sorgt quasi für den Treibstoff der Zellen.

Es gibt verschiedene Formen des Diabetes

- Diabetes mellitus Typ I
- Diabetes mellitus Typ II
- Gestationsdiabetes mellitus → Schwangerschaftsdiabetes, kurz GDM

Beim Diabetes Typ I fehlt das Hormon komplett. Betroffene müssen lebenslang Insulin spritzen.

Beim Diabetes Typ II liegt zum einen eine verminderte Empfindlichkeit der Körperzellen für das Insulin vor, die Zellen sind resistent, können also den Zucker im Blut nicht gut aufnehmen. Auch ist durch jahrelange Überproduktion die Insulinbildung gestört und es kann nicht mehr genügend Insulin geliefert werden.

Folgen von Diabetes

Besteht ein nicht ausreichend behandelter Diabetes über mehrere Jahre, ist dauerhaft zu viel Zucker im Blut.

Die Blutgefäße können dadurch geschädigt werden und somit erhöht sich das Risiko für Herzinfarkte, Schlaganfälle und generell mit der Durchblutung. Somit können auch Augen (z. B. abnehmende Sehkraft), Nerven (Empfindungsstörungen in Füßen und Händen) und die Nieren Schaden nehmen.

Bestimmte Faktoren begünstigen das Entstehen der Erkrankung. Hier einige Beispiele: Rauchen, ungesunde Ernährung, wenig körperliche Aktivität, Veranlagung, Alkohol, Bluthochdruck, PCO-Syndrom oder auch bestimmte Medikamente.

Besondere Bedeutung in der Schwangerschaft

Ein unerkannter oder schlecht eingestellter Diabetes kann in der Schwangerschaft sowohl für die Mutter, als auch für das Kind Risiken bürden, hier einige Beispiele:

- Harnwegs- oder Genitalinfektionen bei der Mutter
- Bluthochdruck, Eiweißausscheidung im Urin bei der Mutter (Praeklampsie oder HELLP Syndrom)
- Gesteigerte Frühgeburtsrate
- Organreife beim Kind verzögert
- Erhöhtes Risiko für Geburtsverletzungen aufgrund von „zu großen Kind“ welches nicht zum Bau der Mutter passt
- Erhöhtes Risiko für einen Kaiserschnitt
- Depression
- Gesteigertes Risiko nach Jahren einen dauerhaften Typ 2 Diabetes zu entwickeln
- Unterzuckerung des Babys nach der Geburt
- Atemprobleme beim Kind nach der Geburt
- Langzeitfolgen beim Kind: Adipositas, Glucoseverwertungsstörungen, frühzeitiger Diabetes

Untersuchungsmöglichkeiten auf Schwangerschaftsdiabetes

2012 wurde das Screening auf Schwangerschaftsdiabetes in den Mutterschaftsrichtlinien aufgenommen. Die Richtlinie regeln die ärztliche Betreuung während Schwangerschaft und Geburt. Besucht eine Schwangere Frau ihre Frauenarztpraxis oder die Hebamme, so bietet das Personal verschiedenste Untersuchungen nach der Richtlinie an.

Es wurde ein Testsystem entwickelt, dass für alle Frauen greifen soll, das heißt: unabhängig von sozialem Status, Intellekt, Sprachbarriere, Zuverlässigkeit der Frau, Herkunft etc.

50 g – Zuckertest:

Tageszeit unabhängig trinkt die Schwangere eine Lösung mit 50 g Zucker. Sie muss dabei nicht nüchtern sein. Nach 1 h wird der Zuckerwert per Blutentnahme kontrolliert.

Nach den deutschen Mutterschaftsrichtlinien sollte primär ein Screening durch einen 50-g-Suchtest durchgeführt werden. Nach aktuellen Erkenntnissen ist dieser Test nicht evidenzbasiert, denn oft führt er zu falsch positiven oder

SCREENING AUF SCHWANGERSCHAFTSDIABETES

falsch negativen Ergebnissen. Nach Empfehlung der Fachgesellschaften wird dieser Test nicht empfohlen, sondern direkt der 75 g Test, welcher jedoch nicht grundsätzlich von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen wird.

75 g – Zuckertest:

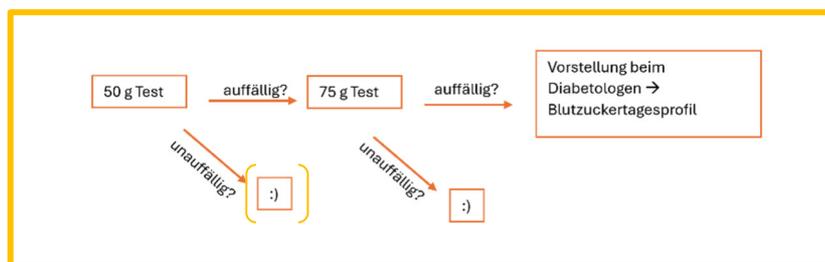
Dieser Test startet morgens, bei vollkommener Nüchternheit & nach mindestens 8 h Karenz. Zunächst wird Blut abgenommen und der Nüchtern-Blutzuckerwert bestimmt. Danach wird eine 75 g- Zuckerlösung getrunken und nach 1 h und nach 2 h der Wert via Blutentnahme wieder geprüft.

Die Ergebnisse dieses Testverfahrens sind genauer und daher eine sinnvolle Option.

Blutzuckertagesprofil:

Spätestens wenn die Frau bei auffälligem Test gebeten wird sich beim Diabetologen vorzustellen, wird dort empfohlen ein sog. Blutzuckertagesprofil anzulegen.

Hier wird für einen gewissen Zeitraum mit einem Blutzuckergerät aus z. B. der Apotheke, zu Hause der Nüchtern-Blutzucker erhoben sowie nach den Mahlzeiten gemessen. In einem Art Tagebuch werden diese notiert, sodass der Spezialist die Werte dann ganz individuell beurteilen kann.



Fazit

- Es ist grundsätzlich schlau seinen Blutzucker bzw. sein Blutzuckerverhalten zu kennen, gerade bei Veränderungen wie einer Schwangerschaft. So können Essgewohnheiten erkannt und besten Falls auch reflektiert werden
- Ein Blutzuckertagesprofil über mehrere Tage ist eine gute Möglichkeit, seinen Blutzucker anhand der eigenen Essgewohnheiten zu analysieren. Wichtig ist jedoch, dass die Frau dies auch zuverlässig tut
- Alternativ können die angebotenen 50g/75g – Testungen in Anspruch genommen werden
- Ganz allgemein: die schwangere Frau KANN die verschiedenen Vorsorgeuntersuchungen wahrnehmen, MUSS sie aber NICHT: Ihr Körper, ihre Schwangerschaft, ihr Kind, ihre eigene Verantwortung.

Quellen

Bundesministerium für Gesundheit, Diabetes Typ 1 & Diabetes Typ 2

S3-Leitlinie Gestationsdiabetes mellitus (GDM), Diagnostik, Therapie und Nachsorge, 2018

Website DDG – Deutsche Diabetes Gesellschaft

Mändele, Opitz-Kreuter, Das Hebammenbuch, 6. Auflage 2014