

## Prävention zahlt sich aus!

### Das Diabetes-Info-Mobil (DIM) in NRW ein Beitrag zur Prävention

Medizinischer Fortschritt, verbesserte Gesundheitsvorsorge und ein Bewusstsein für die eigene Gesundheit sorgen für ein längeres Leben. Kompetenter Rat in Sachen Diabetes ist daher rechtzeitig gefragt. In Deutschland ist jede 10 Person an Diabetes erkrankt. Insgesamt 8 Millionen Menschen, davon sind ungefähr 350.000 Menschen an Typ 1 erkrankt. Es gibt eine Dunkelziffer von in etwa 2,2 Millionen Menschen, die Diabetes haben aber es nicht wissen.

Unter dem medizinischen Fachbegriff Diabetes mellitus, im Volksmund auch als Zucker bezeichnet, werden verschiedene Kohlenhydrat-Stoffwechselstörungen zusammengefasst. Die beiden häufigsten Erkrankungsformen sind der Diabetes Typ 1 und Typ 2. Vorbeugende Maßnahmen können erfolgreich zur Prävention beitragen. In fünf großen internationalen Studien konnte belegt werden, dass der Ausbruch der Erkrankung bei bis zu 60 % der Risikopersonen durch rechtzeitige Änderung des Lebensstils sowie durch frühzeitige medikamentöse Behandlung erheblich verzögert oder sogar verhindert werden kann.

### Nur wer weiß, dass er an Diabetes erkrankt ist, kann durch geeignetes Verhalten den weiteren Verlauf dieser Erkrankung günstig beeinflussen.

Unwissenheit in Sachen Diabetes mellitus kann (lebens)gefährlich werden. Nur wer Bescheid weiß, kann auch mit dieser Erkrankung gut und lange leben. Das DIM des Landesverbandes NRW e.V. der Deutschen Diabetes-Hilfe ? Menschen mit Diabetes (DDH-M) ist unterwegs, um Wissen über den Diabetes mellitus den Menschen im gewohnten Lebensumfeld nahe zu bringen. Durch die Beantwortung von 8 einfachen Fragen (FINDRISK - Fragebogen) kann jede Person ihr ?Diabetes ? Risiko? im DIM bestimmen lassen.

Das DIM ist ein zu einer mobilen Diabetesberatungsstelle mit Sofortdiagnostik umgebauter Kleinbus. Das Info-Mobil ist mit einer kompetenten Fachkraft (Diabetesberaterin/-assistentin) besetzt, damit eine qualifizierte Beratung gewährleistet ist. Bei erhöhtem Risiko kann durch diagnostische Maßnahmen vor Ort festgestellt werden, ob bereits eine Glukosetoleranzstörung vorliegt.

Wie wichtig Prävention ist, zeigen die Ergebnisse des Einsatzes des DIM im Jahre 2018. An **113 Einsatztagen** wurden insgesamt **3.921 Personen** beraten und getestet. Bei **212 (6,3 %) der untersuchten Personen** wurde eine gestörte Glukosetoleranz festgestellt. Diesen Personen wurde ein umgehender Besuch des behandelnden Arztes empfohlen. In 2019 wurden an 122 Einsatztagen insgesamt 3.969 Personen beraten und getestet. Bei 196

(5,4 %) der untersuchten Personen wurde eine gestörte Glukosetoleranz festgestellt.

Duisburg im Januar 2020

Norbert Kuster, Diabetesberater/Landesvorsitzender

---