

Expertenrat zum Weltdiabetestag: Bei Diabetes auf den Biofaktorenstatus achten

Diabetes mellitus als eine der größten Volkskrankheiten und diabetische Folgeerkrankungen wie die diabetische Neuropathie oder Herz-Kreislaufferkrankungen gehen mit einer verminderten Lebensqualität und einem erhöhten Krankheits- und Sterblichkeitsrisiko einher. Neben optimaler Stoffwechseleinstellung und gesunder Lebensweise können betroffene Patienten von einer zielgerichteten Versorgung mit lebenswichtigen Biofaktoren profitieren.

Jedes Jahr am 14. November, dem Geburtstag von Sir Frederick Banting, der 1922 gemeinsam mit Charles Best das Insulin entdeckte, findet der Weltdiabetestag statt – erstmals 1991 von der WHO und der International Diabetes Federation (IDF) ins Leben gerufen.

Laut Gesundheitsbericht-Diabetes 2024 leben in Deutschland mehr als 8,9 Millionen Menschen mit einem dokumentierten Diabetes, hinzu kommt eine Dunkelziffer von mindestens 2 Millionen Menschen.¹ Und der Weltdiabetestag ist die weltweit größte Kampagne zur Sensibilisierung für Diabetes und erreicht ein Publikum von mehr als 1 Milliarde Menschen.²

Risiko Biofaktorenmangel

Patienten mit Diabetes mellitus sind häufiger als gesunde Personen gefährdet, in einen Biofaktorenmangel zu geraten. Sie haben aufgrund ihrer Stoffwechselerkrankung einen erhöhten Bedarf an verschiedenen Vitaminen und Mineralstoffen. „Dies kann zu einer unzureichenden Versorgung mit Biofaktoren wie Vitamin B₁, Vitamin B₁₂, Magnesium, Zink und Chrom führen“, warnt Prof. Hans Georg Classen, Vorsitzender der Gesellschaft für Biofaktoren e. V. (GfB).

Aber auch Arzneimittel, die bei Diabetespatienten eingesetzt werden, können zu einer verminderten Aufnahme oder erhöhten Ausscheidung von Biofaktoren führen und somit einen Biofaktorenmangel erzeugen. Beispielsweise ist die Gefahr für einen Vitamin-B₁₂-Mangel bei Diabetikern unter einer Therapie mit dem häufig eingesetzten Diabetesmedikament Metformin dreifach erhöht im Vergleich zu Nicht-Diabetikern^{3,4} und doppelt so hoch im Vergleich zu Diabetikern ohne Metformin.⁵ Patienten, die mehr als 10 Jahre Metformin einnahmen, hatten häufiger ein Vitamin-B₁₂-Defizit als Patienten mit kürzerer Einnahmedauer.⁶ „Bleibt ein solcher Vitamin-B₁₂-Mangel unbehandelt, kann es langfristig neben einer Anämie zu teils irreversiblen Nervenschäden in Form einer Polyneuropathie kommen“, so der Mediziner Classen.

Auch an andere Biofaktoren denken

Es besteht eine Korrelation zwischen einer höheren Magnesiumzufuhr und dem verminderten Risiko für die Entwicklung eines Typ-2-Diabetes.^{7,8,9} „Als Ziel einer Magnesiumtherapie wird die verbesserte Qualität der Diabeteseinstellung und eine Vorbeugung diabetischer Folgeerkrankungen – insbesondere Herz-Kreislaufferkrankungen – angesehen“, betont Prof. Klaus Kisters, Internist und stellvertretender Vorsitzender der GfB. Auch ein Mangel an den Biofaktoren Zink und Chrom kann einen negativen Einfluss auf die Stoffwechseleinstellung und den Krankheitsverlauf des Diabetikers

haben. Nicht zuletzt kann ein Vitamin-B₁-Mangel Störungen im Zuckerstoffwechsel verursachen sowie das Risiko für die Entwicklung einer Neuropathie erhöhen.

Bei Diabetes und diabetischen Folgeerkrankungen einen Biofaktorenmangel vermeiden

Neben medikamentöser Therapie zur Optimierung des Glukosestoffwechsels und optimierter Lebensweise sollte in der Behandlung des Diabetes und seiner Folgeerkrankungen das Augenmerk auf der Bedeutung ausgewählter Biofaktoren liegen. Der zielgerichtete Ausgleich von Mangelzuständen durch Supplemente kann Krankheitsverläufe und die Entwicklung von Folgeerkrankungen positiv beeinflussen.

Gerade ältere Menschen leiden häufig unter Diabetes und seinen Folgeerkrankungen.

Sie möchten mehr darüber erfahren?

Am **16. November 2024** veranstaltet die Gesellschaft für Biofaktoren e. V. das diesjährige Online-Symposium für Fachkreise zum Thema:

Der ältere Mensch in der Praxis – Biofaktoren im Fokus Wissenschaftliche Erkenntnisse und fundierte Praxistipps

Hier können Sie sich direkt anmelden:

www.gf-biofaktoren.de/symposium-2024/

Die Veranstaltung ist mit **4 Punkten zertifiziert** und die **Teilnahme ist kostenfrei**. Sie erhalten aktuelles Praxiswissen und Fortbildungspunkte.

Literatur:

¹ https://www.ddg.info/fileadmin/user_upload/Gesundheitsbericht_2024_Endversion.pdf

² www.weltdiabetestag.de

³ De Groot-Kamphuis DM et al.: Vitamin B₁₂ deficiency and the lack of its consequences in type 2 diabetes patients using metformin. Neth J Med 2013 Sep; 71(7): 386-390

⁴ Damião CP et al.: Prevalence of vitamin B₁₂ deficiency in type 2 diabetic patients using metformin: a cross-sectional study. Sao Paulo Med J 2016 Nov-Dec; 134(6): 473-479

⁵ Yang W et al.: Associations between metformin use and vitamin B₁₂ level, anemia and neuropathy in patients with diabetes: a meta-analysis. J Diabetes 2019 Sep; 11(9): 729-743

⁶ Chapman et al.: Association between metformin and vitamin B₁₂ deficiency in patients with type 2 diabetes: A systematic review and meta-analysis. Diabetes Metab 2016 Nov; 42(5): 316-327

⁷ Veronese N et al.: Magnesium and health outcomes: an umbrella review of systematic reviews and meta-analyses of observational and intervention studies. Eur J Nutr 2020 Feb; 59(1): 263-272

⁸ Kisters K et al.: Magnesium in health and disease. Plant Soil 2013; 368: 155-165

⁹ Arpacı D et al.: Associations of serum magnesium levels with diabetes mellitus and diabetic complications. Hippokratia 2015; 19(2): 153-157