

Wenn die Seele gegen die chronische Erkrankung aufbegehrt

Diabetes Typ 1 als lebenslange Erkrankung akzeptieren lernen

Berlin, 28. November 2011 – Diabetes Typ 1 ist eine bislang unheilbare chronische Erkrankung, die häufig bereits im Kindesalter beginnt. Sie erfordert eine lebenslange Therapie, bei welcher die Betroffenen eine hohe Mitverantwortung tragen. Sie müssen mehrmals täglich ihren Blutzucker messen, Insulin spritzen, Ernährung und Bewegung anpassen. Die Prognose des Diabetes hängt sehr stark von einer konsequenten und erfolgreichen Durchführung der Therapiemaßnahmen ab. Laut einer Studie leidet jedoch etwa jeder zehnte Patient, der in einer diabetologischen Schwerpunktpraxis behandelt wird, unter seelischen Belastungen durch seine Diabetes-Erkrankung. Dies gefährdet häufig den Therapieerfolg.

„Verschiedene Studien zeigen, dass ein bedeutsamer Anteil von Menschen mit Diabetes Probleme hat, die Erkrankung und die tägliche Therapie zu akzeptieren“, sagt Diplom-Psychologe Berthold Maier vom FIDAM – Forschungsinstitut Diabetes-Akademie Bad Mergentheim. Krisenhafte Lebensumstände und Belastungen aufgrund einer Diabetes-Erkrankung können dazu führen, dass Patienten sich überfordert fühlen, ihren Diabetes angemessen kontinuierlich zu behandeln. Patienten erleben es häufig als Belastung, dass der Diabetes eine dauerhafte Lebensstiländerung notwendig macht oder dass die Therapie und die tägliche Selbstbehandlung mit Blutzucker messen und Insulin spritzen sehr komplex ist. Hinzu kommen Sorgen und Ängste vor möglicherweise auftretenden Unterzuckerungen oder Folgeerkrankungen wie Erblindung.

Bei Christiane S. wurde Diabetes Typ 1 diagnostiziert, als sie 12 Jahre alt war. Schien sie zunächst vordergründig gut mit der Erkrankung umgehen zu können, begann sich ihre Seele nach einiger Zeit gegen den Diabetes aufzubegehren: Christiane S. lehnte die Krankheit ab, ignorierte sie, verweigerte die täglich nötigen Insulinzugaben, jeder Stich mit der Spritze wurde für sie zur Qual. Mit 14 Jahren stieg ihr HBA1C-Wert, der idealerweise bei 7 oder darunter liegen sollte, auf über 14. Ihre letzte Rettung war ein Klinikaufenthalt. „Bis dahin hatte ich schon über ein Jahr lang meine Eltern und meinen Arzt belogen und immer wieder behauptet, richtig gemessen und Insulin gespritzt zu haben. Doch das Gegenteil war der Fall“, berichtet die heute 23-Jährige.

Neben seelischen Belastungen, die von der Erkrankung Diabetes und deren Behandlung ausgehen, erkranken Menschen mit Diabetes auch häufiger an psychischen Störungen wie klinischen Depressionen, Angsterkrankungen, Essstörungen und Abhängigkeitserkrankungen wie zum Beispiel Alkoholmissbrauch. Sie erschweren die Selbstbehandlung zusätzlich und verschlechtern die Prognose des Diabetes. „Eine Zusammenfassung von 42 Studien kommt zum Schluss, dass etwa 12 Prozent aller Menschen mit Diabetes an einer klinischen Depression leiden, weitere 18 Prozent beschreiben depressive Stimmungen wie Niedergeschlagenheit, Antriebslosigkeit, Resignation und Zukunftsangst“, erläutert Berthold Maier. Für eine erfolgreiche Selbstbehandlung des Diabetes ist jedoch wichtig, dass Patienten in der Lage sind, im Alltag eigenverantwortlich Therapieentscheidungen zu treffen und ihren Diabetes bestmöglich selbst zu steuern. Dazu trägt die Teilnahme an einer strukturierten Patientenschulung bei. In einem Schulungskurs erlernen Menschen nicht nur die erforderlichen Kenntnisse und Fertigkeiten für einen angemessenen Umgang mit der Erkrankung, sondern tauschen sich auch mit weiteren Betroffenen aus. Bereits die Erfahrung, dass andere häufig die gleichen Ängste und Sorgen rund um ihren Diabetes empfinden, kann die Akzeptanz der Stoffwechselkrankheit positiv beeinflussen.

Doch gerade bei starken seelischen Belastungen und klinischen Depressionen sind auch spezielle psychologische Hilfsangebote notwendig. „Sie tragen zu einer Verbesserung der Blutzuckerwerte und einer Steigerung der gesamten Lebensqualität entscheidend bei“, so Berthold Maier. Eine solche Behandlung hat auch Christiane S. geholfen. Sie gibt inzwischen ihre Erfahrungen an andere Jugendliche mit Diabetes Typ 1 weiter.

Eine Liste der „Fachpsychologen Diabetes“, die von der Deutschen Diabetes-Gesellschaft (DDG) anerkannt sind, können Betroffene im Internet unter www.diabetes-psychologie.de abrufen.

Weitere Informationen auch unter www.diabetesde.org

www.diabetesde.org/experten_chat/themen_von_a_bis_z/depressionen/

Quelle:

diabetesDE – Berlin, 28. November 2011