

Schmerzen durch Diabetes

Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser,

Sie sind Diabetiker und Ihr Arzt hat bei Ihnen eine schmerzhaft Polyneuropathie festgestellt. Im Folgenden wird Ihnen erläutert, was es mit dieser Erkrankung auf sich hat – was man darunter versteht, wie sie entsteht, zu welchen Beschwerden es kommen kann und was man dagegen tun kann.

Was versteht man unter einer diabetischen Polyneuropathie?

Eine diabetische Polyneuropathie ist eine Folgeerkrankung der Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus). Hierbei kommt es aufgrund der Störung des Zuckerstoffwechsels zu einer Schädigung von Nerven.

Folge ist, dass die Nerven in ihrer normalen Funktion beeinträchtigt werden. So können sich zum Beispiel Missempfindungen wie Kribbeln oder Taubheitsgefühl entwickeln – hiervon betroffen sind häufig „handschuhartig“ die Hände und Arme und im „Strumpfbereich“ die Füße und Beine. Auch das Wärme- oder Kälte-Empfinden in diesen Bereichen kann verändert sein.

Was ist eine schmerzhaft diabetische Polyneuropathie?

Bei der schmerzhaften diabetischen Polyneuropathie sind die Nerven, die einen Schmerz weiterleiten, betroffen. Dadurch ist die Schmerzempfindung gestört. Daher kann es einerseits sein, dass an sich schmerzhaft Reize, etwa ein Nadelstich oder ein Schlag, als nicht oder kaum schmerzhaft empfunden werden. Andererseits können die ge-

schädigten Nerven aber auch überempfindlich werden. In diesem Fall kann zum Beispiel bereits eine leichte Berührung oder sogar schon die Kleidung auf der Haut Schmerzen auslösen. Oder die Schmerzen setzen wie aus heiterem Himmel ein, also ohne nachvollziehbaren Auslöser.

Typischerweise werden die Schmerzen als brennend, kribbelnd oder stechend beschrieben. Zum Beispiel berichten Patienten über brennende Schmerzen besonders in den Fußsohlen, die häufig nachts

Ursache der Beschwerden ist eine Schädigung der Nerven.

schlimmer werden. Wichtig ist, dass Sie frühzeitig Ihren Arzt darauf aufmerksam machen, dass Sie solche Beschwerden haben. Dann kann er weitere Maßnahmen ergreifen. Außerdem gibt es wirksame Medikamente, mit denen sich die Schmerzen lindern lassen.

Wie häufig ist eine diabetische Polyneuropathie?

Bereits mit Beginn des Diabetes kann sich eine diabetische Polyneuropathie entwickeln. Sie findet sich also nicht zwangsläufig nur bei Patienten, die seit Jahren Diabetes haben. Und: Mit der Erkrankung stehen Sie nicht alleine da, denn etwa jeder vierte Diabetiker in Deutschland ist davon betroffen.

Was kann man als Patient selbst tun?

Eine diabetische Polyneuropathie wird durch eine schlechte Blutzuckereinstellung gefördert und verschlimmert. Deshalb sollten Sie Ihre blutzuckersenkenden Medikamente, die Ihnen Ihr Arzt verordnet hat, zuverlässig einnehmen. Wichtig ist auch, den Blutzuckerwert regelmäßig beim Arzt kontrollieren zu lassen. So kann Ihr Arzt entscheiden, ob Ihr Blutzucker mit der blutzuckersenkenden Behandlung noch gut eingestellt ist oder ob diese weiter optimiert werden muss. Das A und O bei einer diabetischen Polyneuropathie ist also auf jeden Fall eine möglichst gute Einstellung der Blutzuckerwerte, um

eine weitere Nervenschädigung zu verhindern.

Was lässt sich gegen die Schmerzen tun?

Einfache Schmerzmittel helfen bei der schmerzhaften diabetischen Polyneuropathie nicht. Linderung verschaffen vor allem manche Antidepressiva und Antikonvulsiva. Das sind Medikamente, die eigentlich für andere Erkrankungen entwickelt wurden – Antidepressiva gegen Depressionen und Antikonvulsiva gegen Epilepsie. Für diese Arzneien hat sich gezeigt, dass sie auch Schmerzen gut lindern können. Auch starke Schmerzmittel, die Opioide, die bei sonst bei sehr starken Schmerzen eingesetzt werden, helfen hier.