

## **Studie belegt: Blutzuckerspiegel wird nicht negativ beeinflusst Typ II-Diabetiker können gleich nach dem Spritzen essen**

Jena (11. Februar 2013) - Rund sieben Prozent der Deutschen leiden an Diabetes, die meisten davon an einem Altersdiabetes. Bei diesem Typ ist der Blutzuckerwert anfänglich nur nach den Mahlzeiten zu stark erhöht, später dann dauerhaft. Am Anfang ist eine Ernährungsumstellung als Behandlung ausreichend, später werden blutzuckersenkende Tabletten benötigt. Nach einer Krankheitsdauer von etwa 10 Jahren reicht das Insulin, das die eigene Bauchspeicheldrüse produziert, nicht mehr aus und die Betroffenen benötigen Insulininjektionen, um den Blutzucker zu senken. Bisher wurde darauf hingewiesen nach der Insulinspritze eine Pause von 20 bis 30 Minuten einzuhalten, bevor etwas gegessen werden kann. Eine neue Studie von Wissenschaftlern des Universitätsklinikums Jena (UKJ) widerlegt diese These und zeigt, dass Patienten direkt nach dem Spritzen von Normalinsulin essen können, ohne dass der Blutzuckerspiegel zu stark ansteigt.

Ein Forschungsteam um Studienleiterin Dr. Nicolle Müller aus dem

Funktionsbereich Endokrinologie und Stoffwechselerkrankungen der Klinik für Innere Medizin III am UKJ und Dr. Thomas Frank aus Merseburg untersuchte, ob ein zeitlicher Abstand zwischen der Injektion von Humaninsulin und einer Mahlzeit bei Patienten der Diabetes Typ 2 relevant ist. Humaninsulin ist ein kurzwirksames Insulin, das künstlich hergestellt wird und mit dem menschlichen Insulin chemisch identisch ist.

Die 100 Probanden mit Diabetes Typ 2 waren zwischen 40 und 80 Jahre alt und wurden für die Crossover-Studie in zwei Untersuchungsgruppen eingeteilt: „49 Probanden der ersten Gruppe wurden vier Wochen lang untersucht, wie sich ein Spritz-Ess-Abstand von 20 Minuten auswirkt, in den anderen vier Wochen aßen sie gleich nach der Injektion“, beschreibt Dr. Müller. Bei der zweiten Gruppe mit 51 Probanden wurde der gleiche Versuch durchgeführt, nur in umgekehrter Reihenfolge. Die Patienten von Dr. Frank standen als Probanden zur Verfügung.

Untersucht wurden bei den Studienteilnehmern der Langzeitwert HbA1c, das Blutzuckerprofil, Anzeichen einer Unterzuckerung, Lebensqualität und die Behandlungszufriedenheit.

„Der Langzeitwert HbA1c-Wert schwankte um 0,08% und blieb damit nahezu konstant, unabhängig davon, ob gewartet oder gleich gegessen wurde. Dieses Ergebnis erleichtert den Patienten mit Diabetes Typ 2 den Alltag und verbessert die Therapietreue“, so Dr. Müller.

„Auch das Vorkommen einer leichten Unterzuckerung wurde nicht sichtbar von einem Spritz-Ess-Abstand beeinflusst. Das Blutzuckerprofil zeigte ebenfalls keine Unterschiede“, sagt Dr. Müller. „Sogar rund 87% unserer Probanden möchten lieber auf den Spritz-Ess-Abstand verzichten. Sie waren ohne Pause deutlich zufriedener mit der Behandlung“, erklärt die Studienleiterin.

## Originalliteratur

- Nicolle Müller, Thomas Frank, Christof Kloos, Thomas Lehmann, Gunter Wolf, Ulrich Alfons Müller: Randomized Crossover Study to Examine the Necessity of an Injection-to-Meal Interval in Patients With Type 2 Diabetes Mellitus and Human Insulin. Diabetes Care: Published Online January 22, 2013, <http://care.diabetesjournals.org/content/early/2013/01/15/dc12-1694.abstract>

Quelle: [Universitätsklinikum Jena](#), 11.02.2013 (hB).