

Ein Treff zum Mutmachen

WIEHRE. Wenn sie sich einmal im Monat im Gasthaus "Deutscher Kaiser" in der Günterstalstraße treffen, geht's um Spezialfragen – zum Beispiel, ob Insulinteststäbchen etwas taugen oder nicht. Doch beim Stammtisch der Freiburger Gruppe des Deutschen Diabetikerbunds gibt's nicht nur Infos, die für Zuckerkrankte wichtig sind. Hier ist auch Gelegenheit, sich auszutauschen und Mut zu machen. Das ist besonders wichtig, wenn die Diagnose Diabetes noch ganz frisch ist.



Seinen monatlichen Stammtisch hat der Diabetikerbund im Gasthaus „Deutscher Kaiser“ an der Günterstalstraße. | Foto: Ingo Schneider

Was Karin Herr aus ihrer Hosentasche zieht, ist kein Handy, obwohl es ähnlich aussieht. Sie trägt seit fünf Jahren eine kleine Insulinpumpe mit sich herum, die durch einen Schlauch mit ihrem Bauch verbunden ist und sie rund um die Uhr mit Insulin versorgt, ohne dass sie sich darum kümmern muss. Nur wenn sie etwas isst, muss sie auf einen Knopf drücken und die Insulineinheiten ändern. Das Insulin senkt den durch eine Stoffwechselstörung erhöhten Blutzuckerspiegel auf Normalmaß. Die automatische Pumpe macht das Leben "wesentlich einfacher", sagt Karin Herr, am Tisch nicken einige. Die meisten haben viel Diabetes-Erfahrung, egal ob mit Typ eins oder zwei.

Eins oder zwei? Die ältere Frau, die diesmal zum ersten Mal gekommen ist und aufgeregt ihre Geschichte erzählt, hatte lange keine Antwort auf diese Frage. Aufgrund ihres Alters wurde sie von den Ärzten dem Typ zwei zugeordnet, bei dem der zu hohe Zuckergehalt im Blut nicht primär von fehlendem Insulin abhängig ist. Davon sind rund 95 Prozent der Diabetiker betroffen, vor allem Ältere und Übergewichtige. Doch dann fiel sie plötzlich um. Es sei ihr so schlecht gegangen, dass sie beinahe für immer pflegebedürftig geworden wäre. Erst da erkannten die Ärzte: Sie hat eine seltene Variante des ersten Typs namens "Late autoimmune diabetes in adults" (Lada-Diabetes). Jetzt hat sie jede Menge Fragen.

Das Leben der Typ-1-Diabetiker ist oft von Anfang an von der Krankheit geprägt. Zum Beispiel bei Karin Herr, die sich vor 43 Jahren als Zwölfjährige nach der Diagnose viele Fragen stellte: Würde sie alt werden können, Kinder haben und einen Beruf? Sie begann, sich manchmal als Außenseiterin zu fühlen – wenn sie bei Wanderungen mit Freunden von ihrer Mutter begleitet wurde, die ihr Insulin spritzte, wenn sie als Jugendliche keine Cola trinken durfte und auch am Wochenende nie ausschlafen konnte, weil sie sich an einen strikten Zeitplan halten musste.

"Ein Horror", sagt Lucia Rohrer, sei die erste Zeit gewesen, als sie vor 20 Jahren während ihrer Schwangerschaft von ihrer Diabetes erfuhr. Inzwischen hat sich die Mittvierzigerin daran gewöhnt, dass sie nie einfach spontan joggen oder radfahren kann, sondern erstmal ihre

Insulinwerte checken muss.

Das dauernde Planen gehört auch bei Günter Reisch unweigerlich dazu, seit er vor 50 Jahren als 18-Jähriger seine Diagnose bekam: "Das Planen schränkt die Lebensfreude manchmal ein", sagt er – aber er hat sein Leben gut auf die Reihe gekriegt und immer Unterstützung von seiner Frau und Kollegen bekommen. Er hat das für Diabetespatienten so wichtige Gefühl, seine Krankheit unter Kontrolle zu haben – dank des eigenen Verhaltens.

Mittlerweile ist ohnehin alles viel einfacher als früher, dank technischer und medizinischer Entwicklungen und der größeren Informationsfülle.