

Nebenwirkungen: Viele Diabetiker setzen ihre Medikamente ab

Diabetes ist eine Geißel der Menschheit. Patienten leiden aber auch an Nebenwirkungen von Medikamenten. Betroffene können ihr Schicksal in ihre eigenen Hände nehmen.

Autor: Zentrum der Gesundheit

Aktualisiert: 24. September 2019

Stand: 24. September 2019

Nebenwirkungen durch Diabetes-Medikamente

Metformin gilt offiziell als das Diabetes-Medikament der ersten Wahl und ist damit eines der am häufigsten eingenommenen Antidiabetika. Eigentlich sollte es gemeinsam mit einer Ernährungsberatung verordnet werden, doch fällt Letztere nur allzu gern unter den Tisch. Metformin wird gerne übergewichtigen Menschen schmackhaft gemacht, da es – im Gegensatz zu manch anderen Antidiabetika – zusätzlich zu seiner blutzuckerreduzierenden Wirkung den Appetit hemmen soll und somit beim Abnehmen helfe.

In nicht wenigen Fällen wird jedoch nicht nur Metformin eingenommen. Man kombiniert es mit weiteren Diabetes-Medikamenten, z. B. DDP-4-Hemmern, Sulfonylharnstoffen oder Insulin-Sensitizern, was dann natürlich auch die Chance auf Nebenwirkungen erhöht.

DDP-4-Hemmer: Gelenkschmerzen und Nasen-Rachen-Entzündungen

Die sog. DPP-4-Hemmer (z. B. Sitagliptin, Alogliptin, Linagliptin u. a.) können Gelenkschmerzen verursachen, die so stark sind, dass sie in etlichen Fällen bereits zu Klinikeinweisungen führten. Andere Nebenwirkungen sind häufige Nasen-Rachen-Entzündungen (Nasopharyngitis), Kopfschmerzen und Bronchitis. Da DPP-4-Hemmer insbesondere auf die Bauchspeicheldrüse einwirken und dort eine verstärkte Insulinsynthese und Insulinausschüttung verursachen, kann es auch zu Bauchspeicheldrüsenentzündungen kommen.

SGLT-2-Hemmer: Scheidenpilz und Harnwegsinfekte

Eine weitere Gruppe aus dem Bereich der Antidiabetika sind die sog. SGLT-2-Hemmer (z. B. Dapagliflozin und Empagliflozin). Sie reduzieren den Blutzuckerspiegel, indem sie die Glucose-Ausscheidung über den Urin erhöhen. Der jetzt stark zuckerreiche Urin kann nun jedoch Harnwegsinfekte und Scheidenpilzinfektionen begünstigen. Auch muss man häufiger Wasser lassen, was zu einer Dehydrierung mit Schwindel und niedrigem Blutdruck führen kann.

Sulfonylharnstoffe: Gefahr von Unterzuckerphasen

Unter der Einnahme von Sulfonylharnstoffen wiederum (z. B. Glibenclamid) kann es zu Magen-Darm-Beschwerden, einer Gewichtszunahme sowie zu Unterzuckerphasen kommen. Gerade Letztere sind höchst bedenklich. Sie äussern sich zunächst mit Schwitzen, Herzklopfen und Hungergefühlen, können aber auch zu Benommenheit bis hin zu Bewusstlosigkeit mit tödlichem Ausgang führen. Besonders problematisch ist es, wenn derartige Hypoglykämien (Unterzuckerphasen) unbemerkt in der Nacht während des Schlafs auftreten.

Insulin-Sensitizer: Übergewicht und erhöhtes Blasenkrebsrisiko

Relativ neu sind die sog. Insulin-Sensitizer auf dem Markt (z. B. Pioglitazon). Sie reduzieren die Insulinresistenz der Zellen, machen diese also wieder für Insulin empfindlicher und verstärken so die Insulinwirkung. Gleichzeitig aber weisen sie ein sehr umfangreiches Nebenwirkungsrepertoire auf - angefangen bei übermässiger Körperfettbildung über Wassereinlagerungen und einem verstärkten Frakturrisiko bis hin zu einem erhöhten Blasenkrebsrisiko.

Metformin: Durchfall, Blähungen, Übelkeit und Erbrechen

Metformin gilt im Grunde als ausserordentlich gut verträglich, aber auch nur, weil seine Nebenwirkungen (Durchfall, Blähungen, Übelkeit, Erbrechen) im Vergleich zu jenen der anderen Diabetes-Medikamente noch relativ harmlos sind.

Wer jedoch Metformin nimmt und an ständigem Durchfall oder Übelkeit leidet, findet auch diese Nebenwirkungen nicht gerade angenehm, beeinträchtigen sie doch eindeutig die Lebensqualität. Kein Wunder, entschliesst sich so manch ein Diabetiker eigenmächtig dazu, das Medikament abzusetzen und freut sich darüber, dass es ihm nun wieder sehr viel besser geht. Die Verdauung beruhigt sich und auch die Übelkeit ist verschwunden. Selbst auf den vermeintlichen Vorteil der Appetitzügelung wird da lieber wieder verzichtet.

30 Prozent der Patienten setzen Metformin ab

Forscher der britischen *University of Surrey* stellten daher auch wenig überraschend anhand von 1,6 Millionen Typ-2-Diabetikern (aus 48 Studien) fest, dass die Compliance bei Metformin im Vergleich zu anderen Antidiabetika am schlechtesten war. Die Metformin-Patienten folgten dem ärztlichen Rat und der empfohlenen Dosierung nicht annähernd so häufig wie es bei anderen Diabetes-Medikamenten der Fall war. Ja, ganze 30 Prozent nahmen ihr Metformin nicht wie empfohlen ein.

Bei den DPP-4-Hemmern waren es bis zu 20 Prozent und bei den Sulfonylharnstoffen 23 Prozent der Patienten, die sich über den ärztlichen Rat hinwegsetzten und ihre Medikamente nicht mehr anrührten.

Nebenwirkungen anderer Antidiabetika zeigen sich oft erst später

In ihrem entsprechenden Artikel im Fachjournal *Diabetes, Obesity and Metabolism reports* schrieben die Forscher aus Surrey, dass sich die mangelhafte Begeisterung für Metformin höchstwahrscheinlich mit den akuten Nebenwirkungen des Mittels, die unmittelbar nach der Einnahme auftreten, erklären lasse. Die Nebenwirkungen der anderen Antidiabetika zeigen sich dagegen oft erst nach einiger Zeit und werden von den Patienten dann auch nicht unbedingt mit dem jeweiligen Medikament in Verbindung gebracht.

Melden Sie Ihrem Arzt stets jede Nebenwirkung, die Sie an sich beobachten!

Dr. Andrew McGovern, klinischer Forscher an der *University of Surrey* rät jedem, der unter Nebenwirkungen leidet oder mit den Einnahmemodalitäten eines Medikaments nicht zurechtkommt, darüber offen mit dem jeweiligen Arzt zu sprechen. Ärzte wiederum sollten ihre Patienten konkret darauf ansprechen, wie sie mit dem Arzneimittel klar kämen, ob es Nebenwirkungen gezeigt habe oder es andere Probleme gäbe.

Aus naturheilkundlicher und ganzheitlicher Sicht sollte sich das Arzt-Patienten-Gespräch nicht nur um die Einnahme von Medikamenten drehen, sondern auch darum, was der Patient selbst für seine Gesundheit tun könnte, um möglicherweise irgendwann keine Medikamente mehr zu benötigen. Das aber wird in der Arztpraxis selten thematisiert. Im Gegenteil, man wird darüber informiert, dass man die verordneten Medikamente nun höchstwahrscheinlich ein Leben lang einnehmen müsse. Alternativen gäbe es keine.

Die ganzheitliche Vorgehensweise bei Diabetes: ohne Medikamente und ohne Nebenwirkungen

Natürlich sollte man die Arzneimittel bei entsprechenden Blutzuckerwerten tatsächlich vorerst einnehmen, denn ein chronisch erhöhter Blutzuckerspiegel kann äusserst unangenehme Folgeerkrankungen mit sich bringen, wie z. B. Nervenerkrankungen, Augenschäden und Nierenprobleme.

Wer jedoch seine Ernährung umstellt, Übergewicht abbaut, für Bewegung sorgt und sich um eine gezielte Nahrungsergänzung für Diabetiker kümmert, wird in den allermeisten Fällen – je nach Situation des Einzelnen – bald keine Medikamente mehr benötigen, weil die genannten Massnahmen zu einer körpereigenen Regulierung des Blutzuckerspiegels, einer zunehmenden Insulinempfindlichkeit der Zellen und auch wieder zu einer gesunden Bauchspeicheldrüsenfunktion führen werden. Sie finden weitere Details dazu hier: Diabetes Typ 2 ist heilbar

Wie Metformin zu einem Vitamin-B12-Mangel führen kann und somit zu all den Folgeerkrankungen eines solchen Mangels, haben wir hier erklärt: Vitamin-B12-Mangel durch Metformin und Säureblocker. Wenn Sie also langfristig Metformin nehmen, bestehen Sie auf regelmässige Vitamin-B12-Checks, um einem Mangel rechtzeitig entgegenwirken zu können!

Quellen

- McGovern A et al. Comparison of medication adherence and persistence in type 2 diabetes: A systematic review and meta-analysis. Diabetes, Obesity and Metabolism, 12. Dezember 2017
- University of Surrey, Third of people not taking their prescribed diabetes medication due to side effects, ScienceDaily, 18. Dezember 2017,
- PharmaWiki, SGLT-2-Hemmer,
- Borsch J, Gelenkschmerzen unter DDP-4-Hemmern, September 2015, Deutsche Apotheker-Zeitung,
- PharmaWiki, Alogliptin
- PharmaWiki, Hypoglykämie

Hinweis zu Gesundheitsthemen

Diese Informationen werden nach bestem Wissen und Gewissen weitergegeben. Sie sind ausschliesslich für Interessierte und zur Fortbildung gedacht und keinesfalls als Diagnose- oder Therapieanweisungen zu verstehen. Wir übernehmen keine Haftung für Schäden irgendeiner Art, die direkt oder indirekt aus der Verwendung der Angaben entstehen. Bei Verdacht auf Erkrankungen konsultieren Sie bitte Ihren Arzt oder Heilpraktiker.



Link zum Artikel

<https://zdg.de/nebenwirkungen-diabetes-medikamente.html>