

PLIS Studie

Risikopersonen für Diabetes mellitus gesucht

Die Anzahl an Diabetes erkrankten Personen nimmt in Industrienationen stetig zu. Viele Personen haben bereits auf Grund von Lebensstilfaktoren ein hohes Risiko, einen Diabetes mellitus Typ 2 zu entwickeln. In der PLIS Studie (Studie zur individualisierten Lebensstilintervention bei Prädiabetes) versuchen Wissenschaftler vom Deutschen Institut für Diabetesforschung e.V. durch Beeinflussung dieser Lebensstilfaktoren bei Risikopersonen die Entstehung eines Diabetes mellitus Typ 2 zu verhindern.

Der Typ 2 Diabetes mellitus ist eine chronische Erkrankung, die derzeit weltweit etwa 240 Millionen Menschen betrifft. Diese Zahl wird bis zum Jahr 2025 vermutlich auf 380 Millionen ansteigen. In westlichen Gesellschaften sind 10-12% der über 50-jährigen betroffen. Die Hauptlast der Erkrankung für die Betroffenen selbst und die Gesellschaft liegt in den Gefäßproblemen, die der Diabetes verursacht. Die Folge hiervon sind Schlaganfälle, koronare Herzerkrankung und Herzinfarkt, Nierenversagen, Sehstörungen und Durchblutungsstörungen der Beine.

Zu den Faktoren, die zu dem dramatischen Anstieg der Diabetes erkrankungen weltweit führen, zählen kalorienreiche und fette Ernährung sowie zunehmender Bewegungsmangel. Die dem Typ 2 Diabetes zugrunde liegenden Ursachen sind sowohl eine verminderte Insulinwirkung an den Zielgeweben (sogenannte Insulinresistenz) als auch eine eingeschränkte Insulinfreisetzung aus der Bauchspeicheldrüse.

Es ist bekannt, dass die Komplikationen des Diabetes lange (durchschnittlich 7 Jahre) vor Diagnosestellung beginnen. Betroffene Personen weisen in dieser Zeit eine eingeschränkte Glukosetoleranz (Prädiabetes) auf und haben ein stark erhöhtes Risiko, tatsächlich an Diabetes zu erkranken.

Als Risikofaktoren für den Diabetes mit seinen Folgeerkrankungen gelten unter anderem eine enge Verwandtschaft mit Personen, die an Diabetes erkrankt sind, Übergewicht, Fettstoffwechselstörungen, Bluthochdruck, ein erhöhter Leberfettgehalt und fortgeschrittenes Lebensalter.

Personen mit einem erhöhten Erkrankungsrisiko für einen Typ 2 Diabetes können und sollten mit besonders empfindlichen Methoden untersucht werden, da ihr Stoffwechsel nach gängigen Verfahren normal erscheint.

In den vergangenen Jahren haben mehrere Studien gezeigt, dass eine Prävention des Typ 2 Diabetes tatsächlich möglich ist. Diese Studien wurden bei Menschen mit Prädiabetes durchgeführt. All diese Studien nutzten einen Ansatz mit Kombination von vermehrter körperlicher Aktivität, einer modifizierten Ernährungsform und einer Verringerung des Körpergewichts. Nachuntersuchungen hinsichtlich der Dauerhaftigkeit des Erfolges der Lebensstilintervention dokumentieren ebenfalls einen positiven Effekt.

Risikopersonen für die Entwicklung eines Diabetes mellitus (Prädiabetiker) gesucht

Eine im Vorfeld an der Universitätsklinik Tübingen durchgeführte Studie mit über 400 Teilnehmern hat gezeigt, dass es Menschen gibt, die gut auf die Kombination von vermehrter körperlicher Aktivität und modifizierter Ernährungsform ansprechen („Responders“), es aber auch solche gibt, die weniger stark oder überhaupt nicht auf die Lebensstilumstellung ansprechen („Non-Responders“).

Wir möchten deshalb im Rahmen der PLIS Studie die Menschen, die wahrscheinlich weniger gut ansprechen, besser und frühzeitig entdecken und ihnen bessere, auf sie zugeschnittene Vorsorgeprogramme anbieten. Hierzu suchen wir Personen zwischen 18 und 75 Jahren, die einen gestörten Nüchternblutzucker, eine gestörte Zuckertoleranz oder anhand der genannten Risikofaktoren ein hohes Risiko für die Entwicklung eines Diabetes mellitus Typ 2 haben.

Umfangreiche Untersuchungen

Zu Beginn wird ein oraler Zuckerbelastungstest im Rahmen der Studie durchgeführt. Dies ist eine Routinemethode des klinischen Alltags, es werden im Rahmen der Studie zusätzliche Blutentnahmen vorgenommen, um verschiedene Marker des Zuckerstoffwechsels genau untersuchen zu können. Zudem wird wenn möglich eine MRT-Untersuchung zur Bestimmung des Leberfettgehalts durchgeführt.

Rechtzeitige Behandlung durch Lebensstilmodifikationen

Anhand der erhobenen Daten kann eine Zuordnung zu einer Hoch- oder Niedrig-Risikogruppe erfolgen, im Rahmen derer dann per Zufallsprinzip die Anzahl der Lebensstilberatungen festgelegt wird. Es erfolgen regelmäßige Beratungstermine durch unsere Ernährungsberaterinnen sowie Nachkontrollen nach einem halben Jahr, einem, zwei und drei Jahren mit den gleichen Untersuchungen wie zu Studienbeginn.

Möglichkeiten zur Studienteilnahme gibt es am Universitätsklinikum Heidelberg (Kontaktdata siehe separat) sowie an anderen Partnerzentren des Deutschen Zentrums für Diabetesforschung e.V.

Dr. Jan Gröner

Ansprechpartner:

Dr. med. Klara Stein

Dr. med. Jan Gröner

Tel. Nr.: 06221/56-8606

E-Mail: DZD.Studien@med.uni-heidelberg.de