

# Diabetes - Psychosomatik und Schmerzen

**D**iabetes ist zweifellos eine körperliche Krankheit, dennoch gibt es psychische Aspekte - und diese sind weitreichender als auf den ersten Blick erkennbar wäre. So haben gleich mehrere Studien einen Zusammenhang zwischen Diabetes und Depression nachgewiesen. So leiden doppelt so viele Diabetiker an Depressionen wie Personen ohne Zuckerkrankheit. Ob die Depression eine Diabetes auslösen kann oder die Diabetes eine Depression verursacht, ist nicht eindeutig geklärt. Experten gehen davon aus, dass beide Varianten möglich sind. In jedem Fall gehört die Depression behandelt. DDDr. Karl Isak spricht sich dafür aus, nicht nur medikamentös einzugreifen, sondern auch eine Psychotherapie durchzuführen. „Das Medikament wirkt auf der Symptomebene - die Therapie versucht die Ursache aufzuspüren.“

## Missbrauchsoffer und Diabetes

Laut dem Vorsitzenden der Gesellschaft für Psychosomatische Medizin und Ärztliche Psychotherapie Dr. Johannes Kruse, leiden Opfer sexuellen Missbrauchs häufig ihr ganzes Leben an den Folgen der erlittenen Übergriffe, seelisch wie körperlich. „Wer früh im Leben schwer misshandelt oder sexuell missbraucht wurde, ist als Erwachsener anfälliger für chronisch anhaltende Schmerzstörungen, Erkrankungen der Herzkranzgefäße und Diabetes Typ-2.“ Somit wird auch in diesem Beispiel der Zusammenhang zwischen Diabetes und der Psyche deutlich. Traumatische Erlebnisse können u.a. auch zu einem gestörten Essverhalten führen und somit auch Diabetes verursachen. Wenn der Ursache der Essstörung nicht auf den Grund gegangen wird, ist auch eine Änderung schwer möglich.

## Ängste und Diabetes

Die Unheilbarkeit der Krankheit ist schon Belastung genug, aber die möglichen Folgekrankheiten können massive Ängste auslösen. Angst ist ein individuelles Gefühl und wird bei chronischen Erkrankungen nicht von jedem Menschen gleich empfunden. Für manche Diabetiker wird die Angst vor z.B. Erblindung oder Amputation zu einem bestimmenden Moment, das ein normales Leben oft unmöglich macht. In solchen Fällen ist therapeutische Hilfe zu empfehlen.

## Diabetes und Schmerzen

Diabetes ist eine Krankheit, die nicht unbedingt mit Schmerzen in Verbindung gebracht wird. Allerdings leiden Schätzungen zufolge rund 15 Prozent der Diabetiker am diabetischen Polyneuropathen, den Nervenschädi-

gungen, die durch die Erkrankung ausgelöst werden. Je nach individuellem Empfinden schmerzen diese Schädigungen. Beim einen sind es Kleinigkeiten, die kaum Beachtung finden, beim anderen sind es quälende brennende Schmerzen.

Häufig leiden die Betroffenen auch unter Schlafstörungen, die nachweislich die Schmerzempfindlichkeit erhöhen.

Jedenfalls hat die Diabetes immer eine psychische Komponente - egal ob es Ängste, Essstörungen, Depressionen oder traumatische Erfahrungen sind. „Psychotherapie ist für viele Patienten eine wichtige Begleittherapie, um Ängste, Depressionen oder frühere Ereignisse bewältigen zu können, so dass man das Leben mit Diabetes normal und ohne Einschränkungen bewältigen kann“, meint der Therapeut Karl Isak. ■



## Kontakt

DDDr. Karl Isak arbeitet mit Schmerzpatienten auf psychologischer Basis in Wien und Klagenfurt

Tel. 0664 3143905

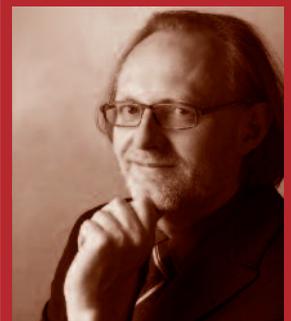


FOTO: 123RF / CHRIS HILL