Eine besondere Kindheit

Text · **Mag. Heike Kossdorff**

Rund 1.600 Kinder unter 15 Jahren sind in Österreich an Diabetes erkrankt. Jährlich kommen etwa 300 Kinder dazu. Das stellt die jungen Betroffenen vor große Herausforderungen und erfordert Hilfe von Familie, Kindergartenpädagogen und Lehrern.

DIE FÜNFJÄHRIGE EMMA hatte plötzlich ständig Durst und trank große Mengen. Dementsprechend häufig musste sie auf die Toilette. Dazu wurde sie immer dünner und fühlte sich sehr schlapp. Zum Glück zögerte ihre Mutter nicht und vereinbarte einen Termin bei der Kinderärztin, die Emma u. a. auf Zucker testete. Das Ergebnis: Diabetes Typ 1.

Tatsächlich erkranken immer mehr Kinder an Diabetes, der Großteil davon – rund 95 Prozent – sind insulinpflichtige Kinder mit Typ-1-Diabetes, weshalb diese Form auch als juveniler Diabetes bezeichnet wird. Warum Diabetes in der jungen Altersgruppe ansteigt, ist nicht ganz klar, ebenso wie die Entstehung der Erkrankung an sich, erklärt die Kinderärztin OÄ Dr. Gabriele Berger, die auf junge Diabetespatienten spezialisiert ist. „Diabetes Typ 1 ist eine Autoimmunerkrankung, bei der der Körper Antikörper gegen die insulinproduzierenden Zellen in der Bauchspeicheldrüse bildet. Die Ursache ist auf jeden Fall multifaktoriell. Die Genetik spielt eine Rolle, möglicherweise auch Virusinfektionen und Umweltfaktoren." Betroffen können schon Kleinstkinder sein, am häufigsten tritt diese Form des Diabetes bei Kindern und Jugendlichen im Alter zwischen 10 und 14 Jahren auf.

BEI VERDACHT SOFORT ZUM ARZT

Wichtig ist es für Eltern, die Symptome zu kennen und bei Verdacht unverzüglich einen Kinderarzt aufzusuchen. Dr. Berger: „Wenn

Kinder mehr Durst haben, öfter Harnlassen müssen oder bei kleinen Kindern die Windel schneller voll bzw. besonders schwer ist, diese zudem Gewicht verlieren und schnell müde werden, sollte umgehend Diabetes abgeklärt werden. Das geht ganz einfach mit einer Harnuntersuchung als ersten Schritt. Das Problem ist, dass Kinder schnell in einen lebensbedrohlichen Zustand kommen können, wenn die Symptome übersehen werden".

Für die Kinder heißt es nun, dass sie sich ein Leben lang mehrfach am Tag ihren Blutzucker messen und Insulin verabreichen müssen. „Einen großen Stellenwert dabei hat die moderne Diabetestechnologie", betont die Medizinerin. Dazu gehören Sensoren zur kontinuierlichen Glukosemessung, die den Wert unter der Haut über den ganzen Tag regelmäßig messen, sowie Insulinpumpen, die rund um die Uhr kleine Mengen Insulin abgeben, um die Grundversorgung des Körpers zu decken, bzw. solche mit integriertem Rechner, die sogar Vorschläge für die benötigte Insulinmenge abgeben.

UNTERSTÜTZUNG IST EIN MUSS

Trotz dieser fortschrittlichen Geräte brauchen Kinder bei ihrer Therapie meist Hilfe. „Um diese bedienen zu können, müssen sie auf jeden Fall lesen und auch Zahlen interpretieren können", weiß die Expertin. „Dennoch sind Kinder bis Ende der Volksschulzeit mit dem Tragen der Verantwortung meist überfordert und sollten Unterstützung bei Insulingaben haben sowie jemanden, der sie an diese erinnert. Denn bei jeder Mahlzeit, bei jeder Sportausübung kann es zu Veränderungen des Blutzuckerwertes kommen, auf die man reagieren muss."

Mit der Diagnose Diabetes in den Kindergarten oder die Schulklasse zu kommen, ist eine der großen Herausforderungen. „Bei kleineren Kindern geht meistens ein Elternteil anfangs in die Kindergartengruppe mit, bis sich alles eingespielt hat. Bei den Schulkindern gab es zum Glück vor einigen Jahren eine Gesetzesänderung, seitdem ist die Haftungsfrage für Lehrer geklärt, wenn diese die Kinder unterstützen", so Dr. Gabriele Berger.

DIABETES TYP 2 BEI KINDERN

Die Symptome für eine Erkrankung mit Typ 2 sind gleich wie bei Typ 1, oft kommen aber noch andere hinzu, wie hoher Blutdruck und stark erhöhte Blutfettwerte, da die betroffenen Kinder oft stark übergewichtig sind. Anders als bei Typ 1 kann man mit einer Lebensstiländerung sehr viel bewirken: Die Erkrankung kann lange hinausgezögert werden bzw. kann man auch einer Entstehung vorbeugen, wenn eine familiäre Gefährdung besteht. „Bei dieser Form von Diabetes spielt die Genetik eine große Rolle. Kinder, bei denen Diabetes Typ 2 in der Familie liegt, und die auch übergewichtig sind, haben ein hohes Risiko", erklärt Kinderärztin Dr. Gabriele Berger.

Um bei der Lebensstiländerung zu helfen, gibt es verschiedene strukturierte Programme. Darunter etwa „Enorm in Form" der Österreichischen Gesundheitskasse ÖGK, welches Ernährungsberatung, ein Bewegungsprogramm und ein Psychotherapieangebot beinhaltet. Dr. Berger: „Wichtig ist, dass auch die Eltern miteinbezogen werden und die Umstellungen mittragen."

TEILNEHMEN STATT AUSGRENZEN

„Ziel ist immer, dass Kinder und Jugendliche trotz Diabetes bei allen Aktivitäten dabei sein können – ob Sport, Klassenfahrt oder Übernachtungen bei Freunden", betont die Medizinerin. „Sehr wichtig ist für sie auch, wie ihr soziales Umfeld auf den Diabetes und alles, was damit zusammenhängt, reagiert. Wir empfehlen immer einen offenen Umgang damit. So kann man vor der Klasse erklären, was die Diagnose bedeutet, alle Geräte (z. B. die Pumpe) herzeigen und Freunde um Unterstützung bitten."

Um auch einmal nicht anders zu sein als andere Gleichaltrige, organisiert die Diabetes Selbsthilfe Camps für Kinder und Jugendliche in unterschiedlichen Altersstufen.

Dr. Gabriele Berger *ist Fachärztin für Kinder- und Jugendheilkunde mit dem Schwerpunkt Diabetes in der Kinderambulanz des ÖGK Gesundheitszentrums in Wien-Floridsdorf.*

PSYCHOLOGISCHE HILFE

Dennoch ist für viele Kinder und Jugendliche der Alltag mit der Diagnose nicht einfach, deswegen gehört zum Behandlungssetting immer auch psychologische Betreuung. „Diabetes ist eine Erkrankung, von der man keine Pause hat. Junge Erkrankte machen auch noch die ganz normale Entwicklung mit, das ist gerade in der Zeit der Pubertät schwierig, wenn man eigentlich andere Dinge im Kopf hat als seine Diabetestherapie konsequent umzusetzen", weiß die Medizinerin.

Fotos: istock.com / Aron M, KK