

action d: Diabetes aktiv vorbeugen

Winterthur, 30. September 2005 - Diabetes ist eine Volkskrankheit geworden. In der Schweiz sind schätzungsweise 250'000 bis 300'000 Menschen zuckerkrank. Jährlich kommen 10'000 bis 20'000 neue Fälle dazu. Jede und jeder kann an Diabetes erkranken. Besonders gefährdet sind Frauen und Männer ab 45, die sich wenig bewegen und übergewichtig sind. Die SanaCare AG unterstützt die action d, die Diabetes aktiv vorbeugen will – nicht zuletzt, weil Diabetes Typ 2 unsere Volkswirtschaft jährlich mit direkten medizinischen Kosten von über einer Milliarde Franken belastet.

Diabetes ist eine Stoffwechselkrankheit. Die Patienten haben einen verstärkten Harndrang und scheiden vermehrt Zucker im Urin aus. Ausgelöst wird Diabetes durch relativen oder absoluten Insulinmangel, eine Insulinresistenz oder beides, was zu ständig überhöhten Blutzuckerwerten (Hyperglykämie) führt. Es gibt verschiedene Arten von Diabetes; am weitesten verbreitet sind Diabetes Typ 1 (das körpereigene Immunsystem zerstört die Insulin produzierenden Betazellen) und vor allem Diabetes Typ 2 (der Körper produziert nicht mehr genügend oder nicht genügend wirksames Insulin). Wer an Diabetes Typ 1 leidet, muss zwingend Insulin spritzen, wer an Diabetes Typ 2 leidet, müsste "nur" sein Leben umstellen.

Bei Diabetes Typ 2 reicht das Insulin nicht aus, um den Blutzucker zu kontrollieren. Diabetes Typ 2 wird Altersdiabetes genannt, weil die Patientinnen und Patienten in der Regel erst ab dem 30. Altersjahr daran erkranken. Allerdings wird Diabetes Typ 2 immer häufiger auch bei jüngeren Menschen diagnostiziert, sogar bei Jugendlichen. Das hängt mit unserem Lebensstil zusammen: Wir bewegen uns immer weniger, viele von uns sind übergewichtig. Weil sich Diabetes Typ 2 über Jahre entwickelt, wird sie oft nicht erkannt, nicht Ernst genommen und nicht richtig behandelt. Dabei wäre die Therapie so einfach: Jeden Tag 30 Minuten zügig gehen und sich ausgewogen ernähren reichen bereits aus, damit die Körperzellen wieder genügend Insulin aufnehmen und so den Blutzucker kontrollieren können.

An diesem Punkt setzt die action d an, die Diabetes aktiv vorbeugen will. Die Kampagne, die neben der Gesundheitsförderung Schweiz von einigen Krankenversicherern und der SanaCare AG unterstützt wird, soll die Menschen dafür sensibilisieren, was Diabetes ist, welche Folgen Diabetes hat und – vor allem – wie sie sich davor schützen können. In allen Gesundheitszentren der SanaCare können sich Patientinnen und Patienten bis 30. November 2005 informieren und beraten lassen. Die Gesundheitsberaterinnen und Gesundheitsberater geben allen, die älter als 45 sind, sich (zu) wenig bewegen und/oder übergewichtig sind, eine Broschüre mit einem Risikotest ab. Wer zur Risikogruppe gehört, kann sich kostenlos einen Schrittzähler für eine Woche ausleihen, um herauszufinden, ob sie beziehungsweise er genügend geht. Ziel ist es, die Patientinnen und Patienten dafür zu sensibilisieren, wie wenig es braucht, um wirkungsvoll einer Diabetes Typ 2 vorzubeugen. Darum erhält auch jede und jeder eine Frucht geschenkt.

Hinweise an die Medien

Die SanaCare AG, eine Tochtergesellschaft der Versicherer CONCORDIA und Wincare, ist die grösste Managed Care-Organisation in der Schweiz. Sie betreibt sechs Gesundheitszentren (je eines in Bern, Luzern und Winterthur sowie drei in Zürich), in welchen sich 26'500 HMO-Versicherte und viele externe Patienten untersuchen, beraten und behandeln lassen, sowie 34 Hausarztnetze mit 1'370 Hausärzten, die 128'000 Menschen umfassend medizinisch betreuen. Ausserdem eröffnet SanaCare am 1. Oktober 2006 ihr siebtes Gesundheitszentrum, und zwar in St. Gallen. SanaCare beschäftigt 151 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, zwei Drittel von ihnen in der medizinischen Versorgung.

Weiterführende Informationen finden Sie im Internet:

- action d: www.actiond.ch
- Gesundheitsförderung Schweiz: www.gesundheitsfoerderung.ch
- SanaCare AG: www.sanacare.ch
- Schweizerische Diabetes-Gesellschaft: www.diabetesgesellschaft.ch

Kontakte für Medienanfragen

SanaCare AG
Nadine Siegrist
Lagerhausstrasse 11
Postfach 2371
8401 Winterthur

Telefon 052 264 05 70
Telefax 052 264 04 40

E-Mail nadine.siegrist@sanacare.ch

Public Health Schweiz
action d - Diabetes aktiv vorbeugen
Barbara Guggenbühl
Postfach 8172
3001 Bern

Telefon 031 389 92 89
Telefax 031 389 92 88

E-Mail guggenbuehl@public-health.ch