

## Was ist Diabetes Typ 1?

Diabetes Typ 1 ist eine Autoimmunerkrankung, deren Ursache bis heute noch nicht geklärt ist. Der Körper greift die insulinproduzierenden Zellen der Bauchspeicheldrüse an und zerstört sie.

Diabetes Typ 1 entsteht unabhängig von Lebensführung oder Übergewicht. Bei dieser Form des Diabetes können sogenannte Auto-Antikörper festgestellt werden, die gegen den eigenen Organismus arbeiten. Zusätzlich tragen auch genetische und Umweltfaktoren zur Entstehung bei.

### Anzeichen

Der Körper benötigt Insulin, um den Zucker aus dem Blut in die Zellen zu transportieren. Fehlt das Insulin, kommt es zu einem starken Anstieg des Zuckers im Blut. Bei der Überschreitung eines Blutzuckerwerts von 8 - 10 mmol/l ( 140 - 180 mg/dl) kommt es zur Ausscheidung des Zuckers über den Urin.



Als erstes Symptom tritt oft **vermehrtes Wasserlassen** und infolge dessen **großer Durst** auf.



Da der Körper keine Energie mehr als der Nahrung beziehen kann, erfolgt ein **verstärkter Fettabbau**.



Die betroffenen Kinder und Jugendlichen klagen über Kopfschmerzen, **Müdigkeit** und allgemeiner Unlust.

Illustrationen: International Diabetes Federation

### Herausgeber:

Deutsche Diabetes-Hilfe –  
Menschen mit Diabetes (DDH-M)  
Geschäftsstelle  
Reinhardtstr. 31  
10117 Berlin  
Tel. 030 201 677-0  
E-Mail: [info@ddh-m.de](mailto:info@ddh-m.de)  
Internet: [www.ddh-m.de](http://www.ddh-m.de)

### Unterstützen Sie die Selbsthilfe für Menschen mit Diabetes mit einer Spende.

Kontoinhaber:  
Deutsche Diabetes-Hilfe – Menschen mit Diabetes  
Spendenkonto: 12 80 100  
Bank für Sozialwirtschaft  
BLZ 100 20 500

Mit freundlicher Unterstützung der DAK Gesundheit

**DAK**  
Gesundheit  
Unternehmen Leber



**Diabetes mellitus Typ 1  
bei Kindern und Jugendlichen**

Kurzinformation von  
Deutsche Diabetes-Hilfe –  
Menschen mit Diabetes (DDH-M)

## Behandlung und Therapieformen

Kinder und Jugendliche, die an Typ-1-Diabetes erkrankt sind, müssen mit Insulin behandelt werden. Hier gibt es zwei Möglichkeiten:

### **Intensivierte Konventionelle Therapie (ICT)**

Bei einer ICT sind mehrere Insulininjektionen am Tag nötig. Jeder Mensch braucht einen Grundbedarf an Insulin, das Basalinsulin, das 1- bis 2-mal täglich gespritzt wird. Zusätzlich muss schnellwirksames Insulin zu jeder Mahlzeit gespritzt werden, das Bolusinsulin.

### **Insulinpumpentherapie (CSII)**

Bei der Pumpentherapie wird das Insulin kontinuierlich über einen kleinen Katheter unter die Haut gebracht. Die Insulingabe zum Essen erfolgt über Knopfdruck.



### **Ernährung**

Ein Kind mit Diabetes Typ 1 kann weiterhin normal gesund essen und trinken. Wichtig ist aber, die Kohlenhydrate für jede Mahlzeit zu berechnen. Das ist nötig, damit der Körper zur Verwertung der Kohlenhydrate ausreichend Insulin bekommt.

## Hypoglykämie

Eine Hypoglykämie oder Unterzuckerung tritt dann auf, wenn im Blut zu viel Insulin vorhanden ist und zu wenig Zucker. In diesem Moment müssen dem Kind schnell wirkende Kohlenhydrate, zum Beispiel in Form von Traubenzucker oder Saft, zugeführt werden.

**Von einer Unterzuckerung spricht man bei Blutzuckerwerten von <3,9 mmol/l (70 mg/dl).**

### **Typische Anzeichen sind:**

- | Kalter Schweiß, Zittern, Herzrasen, Blässe
- | Heißhunger auf etwas Süßes
- | Müdigkeit, Reizbarkeit

### **Mögliche Ursachen sind:**

- | Zu wenig gegessen
- | Weniger Appetit (z.B. durch Krankheit)
- | Zu langer Spritz-Ess-Abstand
- | Sport oder Bewegung ohne Zusatz-BEs oder fehlende Absenkung der Insulingabe

### **Behandlung**

- | 1–2 BE Traubenzucker, 100–200 ml Saft
- | Dann 1 BE Schokolade oder Brot

Bei schweren Hypoglykämien kann es zu Bewusstseinsverlust kommen. Währenddessen sollten keine Kohlenhydrate mehr über den Mund zugeführt werden. Der Notarzt sollte sofort informiert werden. Wenn Sie Glukagon dabei haben, können Sie dieses spritzen.



## Nach der Diagnose: Wie geht es weiter?

Viele Fragen werden Sie als Eltern und später auch die Kinder und Jugendlichen beschäftigen:

- | Wie geht es in der Kita / Schule weiter?
- | Kann mein Kind mit den anderen mithalten?
- | Was ist mit der Berufswahl, Auslandsjahr, Studium?
- | Kann mein Kind später eine Familie gründen?

Für diese Fragen kann man keine eindeutigen Vorhersagen treffen, genauso wenig wie bei gesunden Kindern und Jugendlichen. Die Erziehung und die Persönlichkeit des Einzelnen haben mehr Einfluss auf die Entwicklung eines Menschen als der Diabetes.

Mit genügend Selbstbewusstsein und einer unbefangenen Einstellung zum Diabetes, wird die Erkrankung nicht ausschlaggebend für die Zukunft sein. Mit Diabetes ist (fast) alles möglich, man muss nur oft ein bisschen mehr vorbereiten und planen.

### **Wo finde ich Hilfe?**

Sie und Ihr Kind sind mit Ihrer Krankengeschichte und den damit verbundenen Problemen, Sorgen und Anforderungen nicht allein. Wichtig ist, sich kompetente Hilfe und Unterstützung zu holen:

- | Zunächst sind der Kinderdiabetologe und sein Team Ihr ständiger Haupt-Ansprechpartner.
- | Darüber hinaus kann es hilfreich und belebend sein, sich mit anderen Menschen mit Diabetes über die Krankheit auszutauschen, zum Beispiel in einer Selbsthilfegruppe für Eltern von betroffenen Kindern oder in einem Internet-Forum (siehe z.B. [www.diabetes-kids.de](http://www.diabetes-kids.de)).
- | Und schließlich helfen wir von der DDH-M Ihnen gerne mit Information, Kontakten und kompetenten Ansprechpartnern. Nehmen Sie Kontakt zu uns auf, wir helfen Ihnen gerne.