

Spürbar bis in den kleinen Zeh



THIOCTSÄURE – Wirksame Hilfe
bei diabetischer Polyneuropathie

Informationen für Diabetiker

MEDA

MEDA Pharma GmbH & Co. KG
Benzstraße 1 · 61352 Bad Homburg

www.medapharma.de
Service Hotline: 0800 4001 444

Gestaltung: CPHDesign · Frankfurt

MEDA



Leben mit Diabetes: Nicht nur eine Frage der Einstellung!

Wussten Sie, dass es in Deutschland etwa 3,5 Millionen Diabetiker gibt? Sie sind mit Ihrem

Problem also nicht allein – und das wichtigste:

Mit Diabetes lässt es sich fast „normal“ leben – es kommt auf Ihre Einstellung an!

Dazu können Sie aktiv beitragen, indem Sie

zusammen mit Ihrer Ärztin/ Ihrem Arzt auf die individuelle Blutzucker-Einstellung achten und diese regelmässig kontrollieren. Aber das ist noch nicht alles: Auch die gezielte Umstellung Ihrer Lebensgewohnheiten wirkt sich positiv aus – mit gesunder Ernährung, körperlicher Bewegung und natürlich der konsequenten Einnahme verordneter Arzneimittel.

Mit diesen Maßnahmen ist es heute kein Problem mehr, eine lebenslange Stoffwechselstörung wie Diabetes mellitus in den Griff zu bekommen. Trotzdem besteht aufgrund der komplizierten Stoffwechselprozesse in unserem Körper das Risiko von Erkrankungen, die als Folge des Diabetes auftreten können. Auch das hochsensible Nervensystem kann davon betroffen sein.

Eine Schädigung des Nervensystems in Folge eines Diabetes nennt man diabetische Polyneuropathie. Schädigungen machen sich jedoch nicht von heute auf morgen bemerkbar, sondern langsam und kontinuierlich – mit Warnsignalen wie Brennen, Schmerzen, Kribbeln oder Taubheitsgefühl vor allem in Füßen und Händen.

Wenn solche Empfindungsstörungen auftreten, sollten Sie ärztlichen Rat und Hilfe suchen. Denken Sie daran – je eher eine frühzeitige medikamentöse Behandlung begonnen wird, desto wirksamer kann die weitere Schädigung der betroffenen Nervenzellen verhindert werden.

**Alles Gute für Ihre Gesundheit
Ihre MEDA Pharma GmbH & Co. KG**



Kribbeln an Füßen und Beinen: Achten Sie auf spürbare Veränderungen!

Kennen Sie das auch? Ihre Füße und Beine oder auch Hände und Arme sind besonders empfindlich – es „kribbelt wie Ameisen“ und bereits

leichte Berührungen verursachen Schmerzen. Oder Sie verspüren ein Gefühl von Taubheit und Pelzigkeit.



Diese Anzeichen sind meist ein Hinweis auf eine beginnende Polyneuropathie

– eine funktionelle Nervenerkrankung. Und da diese Störung eine Folge von Diabetes ist, spricht man auch von diabetischer Polyneuropathie.

Die Empfindungsstörungen treten häufig an Füßen und Unterschenkeln sowie Händen und Unterarmen auf. Andere Teile des Nervensystems sind seltener betroffen. Sie sollten jedoch auf Muskelzuckungen, Krämpfe oder Unsicherheiten beim Gehen achten und Ihre Ärztin/Ihren Arzt darüber sofort informieren. Sie oder er kann die richtige Diagnose stellen und klären, ob die Beschwerden auf Ihren Diabetes zurückzuführen sind oder andere Ursachen haben.

Besonders wichtig: Lassen Sie nicht unnötig Zeit verstreichen nach der Devise „... das wird schon wieder vorübergehen...“ – je eher Sie ärztlichen Rat suchen, desto schneller kann Ihnen geholfen werden. Und es gibt wirkungsvolle Medikamente, die bei konsequenter Einnahme bestehende Beschwerden bessern und dazu beitragen, dass eine beginnende Nervenschädigung nicht weiter fortschreitet.



Diabetische Polyneuropathie: Wenn Diabetes an die Nerven geht...

Zucker ist ein wichtiger Energielieferant:

Ohne Zucker können sich z.B. unsere Muskeln nicht bewegen oder unser Gehirn keine Denkleistungen vollbringen.

Den lebensnotwendigen Zucker nehmen wir über kohlenhydrathaltige Nahrung auf. Bei der Verdauung wird Glukose (wissenschaftlicher Begriff für die Energiequelle Zucker) freigesetzt und geht in den Blutkreislauf über: Der Blutzuckerspiegel steigt – auch bei Gesunden – nach dem Essen an.

Damit die Glukose dem Blut wieder entnommen und zur Energieversorgung in die einzelnen Körperzellen eingeschleust werden kann, benötigen wir als Transportmittel Insulin. Dieses Stoffwechselformon wird in der Bauchspeicheldrüse gebildet und sorgt dafür, dass der Blutzuckerspiegel nicht über einen bestimmten Wert ansteigt – in der Regel 140mg/dl / 7,8 mmol.

Bei Diabetes ist dieser Mechanismus gestört. Der Körper schafft es nicht, das Gleichgewicht von Insulin und Glukose aufrechtzuerhalten:

Die Glukose kann wegen Insulinmangels oder verminderter Insulinempfindlichkeit nicht ausreichend in die Zellen transportiert werden – der Blutzuckerspiegel steigt über den Normwert.

Darüber hinaus wird auch der Fettstoffwechsel gestört. Die Folge: Ein derart „entgleister“ Stoffwechsel bildet wiederum Stoffe, die der Organismus nicht alle verarbeiten kann. Dazu gehört die Bildung von freien Radikalen und die Anlagerung von Zucker an Proteinen, welche die Nervenzellen angreifen und die Energieversorgung der Zelle herabsetzt. Hierdurch wird die Funktion der Nervenzelle eingeschränkt. Und das ist spürbar – durch Empfindungsstörungen an Füßen und Beinen. Man spricht dann von einer diabetischen Nervenerkrankung (diabetische Polyneuropathie).

Zu Beginn dieser Folgeerkrankung des Diabetes ist die Nervenfunktion nur gering eingeschränkt. Auf Dauer schadet die Mangelversorgung den besonders empfindlichen Nervenzellen jedoch erheblich und kann unbehandelt zum Absterben einzelner Zellen führen.





Therapie mit Thioctsäure: Wirkungsvoll durch Infusion und Tabletten

Eine wirksame medikamentöse Hilfe bei der Behandlung der diabetischen Polyneuropathie bietet Thioctsäure.

Sie ist ein wichtiger Bestandteil der Enzyme, die eine Energieversorgung der Nervenzellen sicherstellen. Zusätzlich fängt Thioctsäure die zellschädigenden freien Radikale ab. Thioctsäure wird von unserem Organismus selbst hergestellt, ist also ein körpereigener Stoff.

Das Arzneimittel, das Sie von Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt als Infusion oder in Tablettenform erhalten, enthält Thioctsäure. Sie ergänzt die körpereigene Produktion, und das beeinflusst die gestörte Versorgung Ihrer Nervenzellen positiv: Bei regelmäßiger Behandlung können Sie sich erholen, Missempfindungen und Beschwerden werden gemindert.

Allerdings kommt es bei der Behandlung der diabetischen Polyneuropathie in erster Linie auf Geduld an. Aber daran sollten Sie nicht sparen – schließlich benötigen die betroffenen Nerven-

zellen Zeit zu Erholung. Das bedeutet: Die Einnahme des verordneten Medikaments erfolgt langfristig und regelmäßig. Und besonders zu Beginn der Behandlung ist es wichtig, dass ausreichend große Mengen des Wirkstoffes direkt und rasch in den Blutkreislauf gelangen.

Am einfachsten und vor allem effektivsten gelingt dies durch eine Infusion. Bei der diabetischen Polyneuropathie erfolgt die Infusionsbehandlung täglich über einen Zeitraum von etwa zwei bis vier Wochen.

Im Anschluß daran wird die Therapie mit Tabletten fortgesetzt. Sie sind gut verträglich und eignen sich daher ausgezeichnet für die Langzeiteinnahme. So können Sie die Versorgung Ihrer Nervenzellen dauerhaft unterstützen.

Denken Sie jedoch daran: Trotz der Behandlung mit Thioctsäure ist Ihre Grunderkrankung und damit die Ursache Ihrer funktionellen Nervenerkrankung der Diabetes. Deshalb wird sich Ihre Ärztin/Ihr Arzt konsequent darum bemühen, Ihren Blutzuckerspiegel weiterhin optimal einzustellen. Und auch Sie sollten diese Bemühungen aktiv unterstützen – durch ausgewogene Ernährung, ausreichende Bewegung und regelmäßige Blutzuckerkontrollen.



Aber bitte mit Gefühl: Seien Sie gut zu Ihren Füßen!

Meist beginnt die diabetische Polyneuropathie mit einer gestörten Empfindung an den Füßen und Beinen. Sie fühlen Kribbeln oder Schmerzen – aber Sie spüren Wärme, Kälte oder Kitzeln nicht mehr so wie früher. Kurz: Sie können sich

auf Ihre Empfindungen nicht verlassen. Deshalb ist es wichtig, dass Sie Ihre Füße täglich aufmerksam kontrollieren und besonders pflegen.

Falls Sie nicht gut sehen oder sich schlecht bücken

können, bitten Sie Angehörige oder Dritte um Hilfe – eine kurze Kontrolle ist schnell erledigt, und Sie können sicher sein, dass Ihre Füße keine Verletzungen oder Wunden haben, die Sie nicht spüren und die unbehandelt vielleicht zu Problemen führen.



Zur regelmäßigen Kontrolle gehört auch die Fußpflege. Am besten planen Sie jeden Tag einige Minuten für Ihre Fuß-Fitness ein – meist genügt schon eine Viertelstunde. Halten Sie diese Zeit konsequent ein – zum Wohl Ihrer Füße und damit Ihrer Gesundheit.

■ Wasser entspannt

Baden Sie Ihre Füße täglich drei bis fünf Minuten in lauwarmem Wasser. Verwenden Sie zur sanften Reinigung eine milde Seife. Trocknen Sie Ihre Füße anschließend behutsam, aber gründlich ab – vor allem zwischen den Zehen. Nicht zu stark reiben, sondern gut trocken tupfen! Danach die Füße mit einer wollethaltigen Salbe eincremen, damit den Füßen Feuchtigkeit zurückgeführt wird.



■ Nagelpflege ohne Schere

Wegen der möglichen Verletzungsgefahr sollten Sie zur Nagelpflege keine Schere, sondern eine Feile verwenden – am besten nach dem Fußbad. Feilen Sie Ihre Nägel nicht zu kurz, und runden Sie die Ecken leicht ab.

Bereitet Ihnen die Nagelpflege Mühe, dann sollten Sie regelmäßig eine Fußpflegerin/einen Fußpfleger aufsuchen, die sich mit dem Problem „diabetischer Fuß“ auskennen.

■ Kontrolle schützt

Untersuchen Sie Ihre Füße täglich auf kleine Wunden, Blasen, Risse, Verletzungen oder Verfärbungen – auch zwischen den Zehen. Einfacher geht es mit einem Spiegel. Mit seiner Hilfe können Sie auch Ihre Fußsohlen kontrollieren.

■ Ohne Schuhe geht's nicht

Ob draußen oder drinnen – vermeiden Sie Barfußlaufen, denn das Verletzungsrisiko ist dabei zu groß. Und noch ein Tip: Schauen Sie vor dem Anziehen nach, ob vielleicht Fremdkörper z.B. kleine Steinchen, in Strümpfen und Schuhen sind. Achten Sie auch darauf, dass Ihre Schuhe nicht zu klein sind oder drücken. Am besten kaufen Sie neue Schuhe nachmittags oder abends, denn morgens sind Füße immer schlanker.

■ Socken statt Wärmflasche

Wenn Sie nachts kalte Füße haben, tragen Sie einfach Bettsocken aus Baumwolle oder Wolle – eine Wärmflasche oder ein Heizkissen könnte zu heiß sein und Sie spüren es vielleicht nicht.



Rat und Hilfe: Vertrauen Sie Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt!

- ▶ Die Behandlung der diabetischen Polyneuropathie beginnt mit Infusionen. Damit wird erreicht, dass die Nerven rasch und ausreichend mit Thioctsäure versorgt werden. Achten Sie deshalb darauf, dass Sie die mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt vereinbarten Termine auch konsequent wahrnehmen. Zur Fortsetzung der Behandlung an Wochenenden und Feiertagen können Sie in Absprache mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt auch Tabletten einnehmen.
- ▶ Im Anschluss an die Infusionstherapie – meist nach zwei bis vier Wochen – setzen Sie die Behandlung mit Tabletten fort, um Ihre Nerven weiterhin mit Thioctsäure zu versorgen. Denken Sie daran: Die Therapie mit Thioctsäure ist eine Dauerbehandlung, denn Ursache für die Nervenerkrankung ist Ihr Diabetes.

▶ Informieren Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt, wenn Sie Veränderungen an den Füßen feststellen, wenn Verletzungen schlecht heilen oder andere Probleme auftreten.

▶ Und noch etwas: Wenn Sie Kontakt mit anderen Betroffenen aufnehmen möchten, können Sie sich an Selbsthilfe- und Beratungsgruppen für Diabetiker wenden. Hier wird man Ihnen gerne weiterhelfen.



DEUTSCHER
DIABETIKER
BUND

Deutscher Diabetiker-Bund e.V.
Bundesgeschäftsstelle
Goethestraße 27
34119 Kassel