

Pressemappe: Agrar-PR

26.03.2024 | 10:03:00 | ID: 39094 | Ressort: [Verbraucher](#) | [Gesundheit](#)

Stimmts oder stimmts nicht? Fakten zu Diabetes und Alkohol

[Baierbrunn](#) (Agrar-PR) - Wie passen Diabetes und Alkohol zusammen? Dazu gibt es viele Theorien. Unterzuckerung, Kohlehydrate, Kalorien - die aktuelle Ausgabe des Apothekenmagazins "Diabetes Ratgeber" macht den Faktencheck und gibt wichtige Tipps im Umgang mit Alkohol.

So heißt es häufig, dass Alkohol Diabetes auslösen kann. Und dieser Fakt ist wahr. Zumindest ist Alkohol ein Risikofaktor. Übermäßig viel davon schädigt die Bauchspeicheldrüse und entzündet sie, das kann die Entstehung von Diabetes begünstigen. Und: Die Kalorien fördern Übergewicht - ein Hauptrisikofaktor für die Entwicklung von Typ-2-Diabetes.

Ist Alkohol bei Diabetes tabu? Es gilt generell: Weniger ist immer besser! Bei guter Stoffwechseleinstellung und wenn keine weiteren Erkrankungen vorliegen, dürfen Menschen mit Diabetes sehr moderat Alkohol trinken. Vorsicht bei Bluthochdruck, Nervenschäden, Fettstoffwechselstörungen oder Fettleber: Alkohol fördert diese Probleme!

Kann Alkohol zu einer Unterzuckerung führen? Ja, zeitlich verzögert. Zunächst lassen alkoholische Getränke den Blutzuckerspiegel steigen. Zeitlich verzögert kann dieser aber schnell sinken. Für Menschen mit Typ-1-Diabetes bedeutet das ein erhöhtes Risiko für gefährliche Unterzuckerung. Denn wenn die Leber beschäftigt ist, den Alkohol abzubauen, kann sie nicht genug Zucker herstellen und ins Blut abgeben. Bei einer Therapie mit Insulin - oder Sulfonylharnstoffen bei Typ-2-Diabetes - ist eine Unterzuckerung auch noch etliche Stunden nach dem Alkoholkonsum möglich.

Und was ist dran an der These, dass man im jungen Alter Alkohol doch schnell abbaut? Der Alkoholabbau durch die Leber ist erst im Erwachsenenalter komplett ausgereift. Die Abbaurate in der Leber ist bei Jugendlichen deutlich verlangsamt. "Deshalb sollten junge Menschen mit Typ-1-Diabetes besonders vorsichtig mit Alkohol sein", sagt Diabetesberater Helmut Nussbaumer aus Burghausen im Apothekenmagazin "Diabetes Ratgeber".

Pressekontakt:
Katharina Neff-Neudert, PR-Manager
Tel.: 089/744 33-360
E-Mail: presse@wubv.de
www.wortundbildverlag.de