

# Diabetes-Präventionsprojekt (DiaPräv)

## Initiatoren

Deutsche Diabetes-Stiftung – [www.diabetesstiftung.de](http://www.diabetesstiftung.de)

Institut für Ernährungsmedizin der TU München – [www.mri.tum.de/](http://www.mri.tum.de/)

## Projekt

Ziel des *Diabetes-Präventionsprojektes (DiaPräv)* ist es, erstmalig ein Präventionsprogramm für Menschen mit erhöhtem Diabetesrisiko flächendeckend einzuführen. Als Ausgangspunkt wird das Programm „Ich nehme ab“ der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) eingesetzt und um das Thema Diabetesprävention erweitert. Der zu erwartende Effekt des qualitätsgesicherten Präventionsprogramms geht weit über die spezifische Prävention des Typ-2-Diabetes hinaus und lässt einen zusätzlichen Nutzen zur Vermeidung anderer Diabetes- und Lebensstil-assoziiierter Krankheiten wie z.B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen, bestimmte Krebserkrankungen und neurodegenerative Erkrankungen, wie die diabetische Neuropathie, erwarten. Primäre Zielparameter sind dabei Körpergewicht, BMI und Taillenumfang. Als sekundäre Parameter gelten der HbA<sub>1c</sub>-Wert, Nüchtern-Plasmaglukose, Blutfette und der Blutdruck. Das Projekt umfasst verschiedene Messungen, die jeweils vor und nach Ende des 12-wöchigen Präventionskurses und ein Jahr nach Beginn des Programms erfolgen, entweder beim Hausarzt oder anderen betreuenden Ärzten. Der Erfolg des Programms wird anhand der o.g. Parameter einschließlich der Erfassung der körperlichen Aktivität und der Lebensqualität gemessen und bewertet. Dazu soll das speziell für Prävention entwickelte „KoQuaP“-QM-System (Koordination und Qualität in der Prävention) der Deutschen Diabetes-Stiftung verwendet werden.

Bei Teilnehmern, die trotz eines erhöhten Diabetesrisikos auf der Grundlage der Screening-Fragebögen eine Teilnahme am Präventionsprogramm abgelehnt haben, wird nach entsprechender Aufklärung und Einwilligung eine Blutabnahme vor und 12 Monate später vorgenommen (Kontrollgruppe).

Für dieses Pilotprojekt ist das derzeit etablierende Netzwerk von Gesundheitsregionen (Gesundheitsregionen<sup>plus</sup>) in Bayern in besonderer Weise geeignet. Das Präventionsprogramm soll im Rahmen der vorhandenen Strukturen (§20 SGB V, zertifizierte Anbieter von Präventionskursen, Bezuschussung durch GKV und PKV) angeboten werden. Dazu sollen in der jeweiligen Region Einrichtungen definiert bzw. geschaffen werden, die die Voraussetzungen zur Durchführung von Präventionskursen nach dem Leitfaden Prävention der GKV erfüllen und in der Region gut mit Ärzten, Apotheken und anderen Gesundheitseinrichtungen vernetzt sind. Eine Weiterführung des Projektes und die Ausweitung auf nationaler Ebene werden intensiv geplant.

## Hintergrund

Typ-2-Diabetes zählt zu den am weitesten verbreiteten und teuersten chronischen Erkrankungen. In Deutschland leben derzeit ca. 8 Millionen Menschen mit bereits diagnostiziertem Typ-2-Diabetes und mindestens 2-4 Millionen Menschen mit noch nicht erkanntem Diabetes („Dunkelziffer“). Dazu kommen ca. 16 % der Bevölkerung mit einem deutlich erhöhten Diabetesrisiko bzw. einen „Prädiabetes“. Typ-2-Diabetes kann langfristig verhindert oder verzögert werden. Diese Aussage ist durch große prospektive randomisierte Studien aus verschiedenen Ländern gut belegt. Wie die Ergebnisse dieser aufwendigen Studien mit weniger Ressourcen in die praktische Versorgung umgesetzt werden können, soll in diesem Projekt versucht werden.