

GESUNDHEITSGUIDE

DIABETES TYP 2

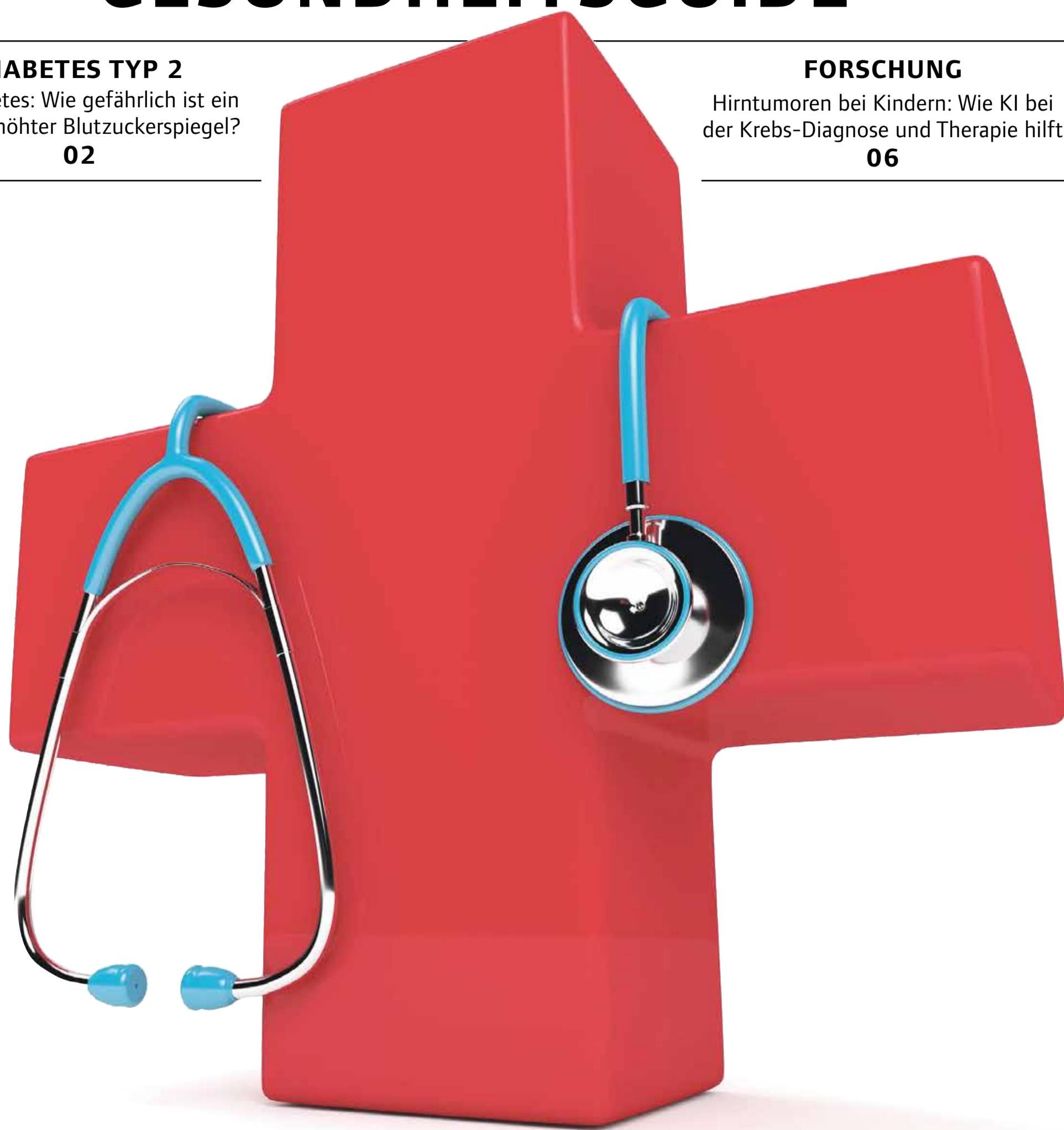
Prädiabetes: Wie gefährlich ist ein leicht erhöhter Blutzuckerspiegel?

02

FORSCHUNG

Hirntumoren bei Kindern: Wie KI bei der Krebs-Diagnose und Therapie hilft

06



Gesünder durch das neue Jahr

GUT INFORMIERT: GEZIELTE PRÄVENTION,
INNOVATIVE DIAGNOSTIK & MODERNSTE THERAPIEN

ANZEIGE

Tierische Weihnachten
am 24./25. & 26. Dezember
in Gossau SG

Tierische Geschenkideen

walterzoo.ch/geschenke

WALTER ZOO
FASZINIEREN, BILDEN, SCHÜTZEN

Prädiabetes erhöht Herz-Kreislauf-Risiko

Viele Menschen in der Schweiz leben mit einem Prädiabetes – ohne es zu wissen. Rechtzeitig erkannt und gegengesteuert, halbiert sich das Risiko für Herz-Kreislauf-Krankheiten, wie eine neue Studie zeigt.

TEXT: MARK KRÜGER

Typ-2-Diabetes und seine Folgeerkrankungen gehören zu den grössten gesundheitlichen Herausforderungen unserer Zeit. Viele Betroffene, genauer gesagt ein Drittel von ihnen, wissen nichts von ihrer Erkrankung, da sie schleichend verläuft und somit oftmals lange unerkannt bleibt. Obwohl die beeinflussbaren Risikofaktoren – in Form eines ungesunden Lebensstils – für Diabetes Typ 2, bei dem die Bauchspeicheldrüse nicht genügend Insulin produziert oder der Körper es nicht mehr wissentlich verwenden kann, um Blutzucker in Energie umzuwandeln, weitestgehend bekannt sind, sprechen die Zahlen eine andere Sprache: Typ-2-Diabetes gehört mit 450'000 Betroffenen zu den häufigsten nichtübertragbaren Erkrankungen in der Schweiz. Auch bei jungen Menschen wird die chronisch gestörte Regulation des Insulinspiegels immer öfter festgestellt.

UNTERSCHÄTZTE FOLGEERKRANKUNGEN

Heisst: eine längere Krankheitsdauer, mehr Belastung und ein höheres Risiko für Komplikationen bereits im jungen Erwachsenenalter. Zu den schweren Komplikationen gehören Schäden an Nieren, Nerven und Augen. Die diabetische Retinopathie etwa ist die häufigste Ursache für neue Erblindungsfälle bei Erwachsenen im Alter von 20 bis 74 Jahren in Industrieländern. Auch das Risiko für Herzinfarkt, Schlaganfall und Durchblutungsstörungen in den Füßen, Stichwort Diabetisches Fusssyndrom (DSF), steigt. Der Grund: Ein un-

EINE NORMALISIERUNG DER BLUTGLUKOSE BEI PRÄDIABETES SCHÜTZT DAS HERZ NACHHALTIG

behandelter Diabetes schädigt die Gefäße. Das Gute: Folgeerkrankungen lassen sich oft vermeiden, verzögern oder zumindest gut therapieren, wenn sie rechtzeitig behandelt werden.

PERSÖNLICHES DIABETES-RISIKO

Ein Ansatzpunkt ist, Menschen mit einem erhöhten Diabetesrisiko früh zu erkennen sowie Menschen

mit einem Prädiabetes, den schätzungsweise jede fünfte erwachsene Person hat, gezielt zu behandeln, bevor sie einen Typ-2-Diabetes entwickeln. Wie hoch das eigene Risiko ist, in den nächsten zehn Jahren an Diabetes zu erkranken, lässt sich ganz einfach anhand weniger, additiv wirkender Routineparameter wie Nüchternblutzucker, Alter, Geschlecht und Body-Mass-Index (BMI) ermitteln, heisst es in der im September 2025 im Fachjournal JAMA Network Open publizierten Rochester Epidemiology Project-Studie. Die Untersuchungen von fast 45'000 US-amerikanischen Erwachsenen zeigte, dass bereits Nüchternblutzucker-Werte im oberen Normbereich das Diabetesrisiko erhöhten. Kombinierte sich dieser Befund mit Übergewicht, verdoppelte sich die Wahrscheinlichkeit.

HERZ-KREISLAUF-KRANKHEITEN VORBEUGEN

Wie wichtig es ist, bereits einen Prädiabetes früh zu erkennen und die leicht erhöhten Blutzuckerwerte aktiv zu senken, zeigt eine aktuelle Studie unter der Leitung von Andreas Birkenfeld, Leiter der Diabetologie am Universitätsklinikum Tübingen in Deutschland, die im Dezember 2025

im Fachblatt «The Lancet» publiziert wurde. Das Ergebnis der Analyse von Langzeitdaten aus zwei grossangelegten Studien aus den USA und China: Wenn Menschen mit Prädiabetes ihren Blutzucker wieder in den normalen Bereich bringen, halbiert sich ihr Risiko für Herzinfarkt, Herzschwäche und einen frühzeitigen Tod – und das unabhängig von Alter und Gewichtsreduktion. Die Forschenden raten zu einem nüchternen Blutzuckerswert von 97 mg/dl oder darunter. Darauf kann man sich in der Hausarztpraxis testen lassen. Auch einige Apotheken und Drogerien bieten Messstationen für Blutzuckerwerte an, meist als Schnelltest.

MODERNE THERAPIEN

Menschen mit Diabetes leben länger als früher, verbringen dadurch aber mehr Lebenszeit mit

gesundheitlichen Beeinträchtigungen. Trotz der besseren Behandlungserfolge bleibt die Beeinträchtigung durch Diabetes hoch. Unabhängig vom Diabetestyp setzen derzeitige Therapien die Fähigkeit und Bereitschaft zum kontinuierlichen Selbstmanagement voraus. Vielen Betroffenen eröffnen moderne Technologien wie kontinuierliche Echtzeit-Zuckermessgeräte (rtCGM) und spezielle Apps neue Chancen auf ein selbstbestimmteres Leben. Technische Innovationen und die fortschreitende Digitalisierung bieten ihnen eine individualisierte Therapiemöglichkeit je nach Lebenssituation und können auch zu mehr Bewegung und gesünderem Essen motivieren – neben neuen Erkenntnissen aus der Diabetes-Forschung eine wichtige zusätzliche Unterstützung, vor allem mit Blick auf die zunehmende Verbreitung von Diabetes Typ 2.



UNTERNEHMENSBEITRAG

DCB Open Innovation Challenge 2025:

Wer überzeugte beim internationalen Wettbewerb?

Austausch zwischen Forschung, Praxis und Technologie am Day of Innovation in Bern: Eine Technologie zur Verbesserung der Funktion von Insulinpumpen konnte die Jury für sich gewinnen.

TAG DER INNOVATION

Erstmals wurde die bisherige «Start-Up Night» zu einem ganztägigen Day of Innovation erweitert. Ziel war es, den Austausch zwischen den verschiedenen Akteurinnen noch stärker zu fördern. Denn Innovation entsteht oft dort, wo sich unterschiedliche Perspektiven begegnen, zwischen Forschung, Praxis, Industrie und den Menschen, die mit Diabetes leben.

«Wir wollten zeigen, dass hinter jeder Technologie echte Geschichten stehen, von Menschen mit Diabetes, Ärztinnen, Gründerinnen und Forschenden, die an Lösungen arbeiten, die den Alltag mit Diabetes erleichtern», erklärte Derek Brandt, CEO des DCB.

Das Programm bot eine abwechslungsreiche Mischung aus Präsentationen, Diskussionen und Begegnungen: Die fünf Finalisten Alva Innovations, Neuraura, SynchNeuro, Diawiser und YW MEMS präsentierten ihre Projekte live auf der Bühne. Expertinnen und Experten aus Forschung und Industrie, darunter Vertreterinnen des DCB, von sitem-insel und CSEM, gaben Einblicke in aktuelle Entwicklungen. In einer Showcase-Session stellten ehemalige Teilnehmende wie T1D1, SNAQ, Piomic, MYNERVA, GO-Pen und AlveoliX ihre Fortschritte und Markterfolge vor. Regierungsrat Christoph Ammann und Professor Giovanni Maio sprachen über die Bedeutung von Innovation und Ethik im Gesundheitswesen. Abgerundet wurde der Tag durch zahlreiche Austauschmöglichkeiten.

5 JAHRE DCB OPEN INNOVATION CHALLENGE

Die DCB Open Innovation Challenge wurde 2020 ins Leben gerufen. Ziel ist es, innovative Ideen im Bereich Diabetestechologie zu fördern und jungen Unternehmen den Weg in die klinische Praxis zu



erleichtern. In den vergangenen fünf Jahren hat das DCB viele Start-ups begleitet, von der frühen Konzeptphase bis hin zu klinischen Studien oder zur Markteinführung.

Einige dieser Unternehmen sind heute erfolgreich im internationalen Markt, andere stehen kurz vor der Zulassung ihrer Produkte.

«Es hat uns sehr gefreut, zu sehen, wie viele ehemalige Teilnehmende heute mit ihren Ideen echten Nutzen für Menschen mit Diabetes schaffen», sagt Ema Grabenweger, Innovation Managerin am DCB und verantwortlich für die DCB Open Innovation Challenge. «Genau darum geht es uns: Potenzial zu erkennen, zu fördern und gemeinsam weiterzuentwickeln.»

Die Siegerin der diesjährigen DCB Open Innovation Challenge mit Alva Innovations CEO & Gründerin Dr. Ulrike Menkes. (Foto: Carmela Odoni)

KONTAKT
DCB Research AG
Freiburgstrasse 3 · 3010 Bern
E: medien@dcberne.com
www.dcberne.com

