

13. Deutschschweizer Diabetikertag

Alter und Diabetes

Dr. med. Dominic Bertschi, Leitender Arzt, Akutgeriatrie Tiefenau





Dr. med. Dominic Bertschi

- Medizinstudium und Promotion Universität Bern, 2012
- Facharzt für Allgemeine Innere Medizin, speziell Geriatrie FMH
- Leitender Arzt Akutgeriatrie Tiefenau, Geriatriische Universitätsklinik Bern

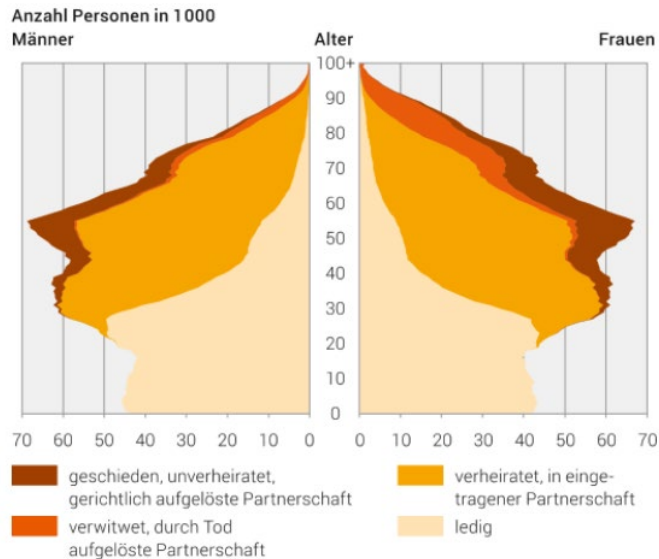
Themen

- Bevölkerungsentwicklung in der Schweiz
- Zahlen und Fakten
- Aspekte zur Behandlung des Diabetes im Alter
- Lebensgewohnheiten, Ernährung

Bevölkerung CH

Altersaufbau der Bevölkerung, am 31. Dezember 2019

Nach Geschlecht und Zivilstand



Diabetes im Alter: Zahlen und Fakten

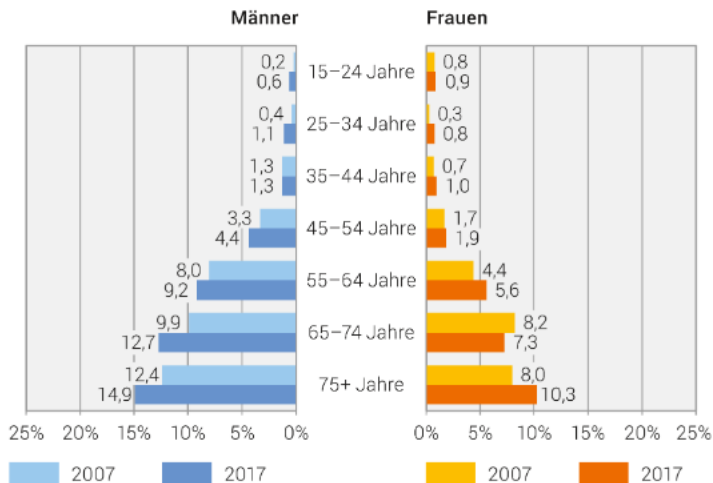
- 2017: In der Schweiz 4% der Bevölkerung betroffen
- **Ab 65 Jahren: 11% betroffen**
- Männer ab 65 Jahren häufiger betroffen als Frauen (14% versus 9%)
- Vergleich 2007: Männer 11% versus Frauen 3%

Quelle: Bundesamt für Statistik

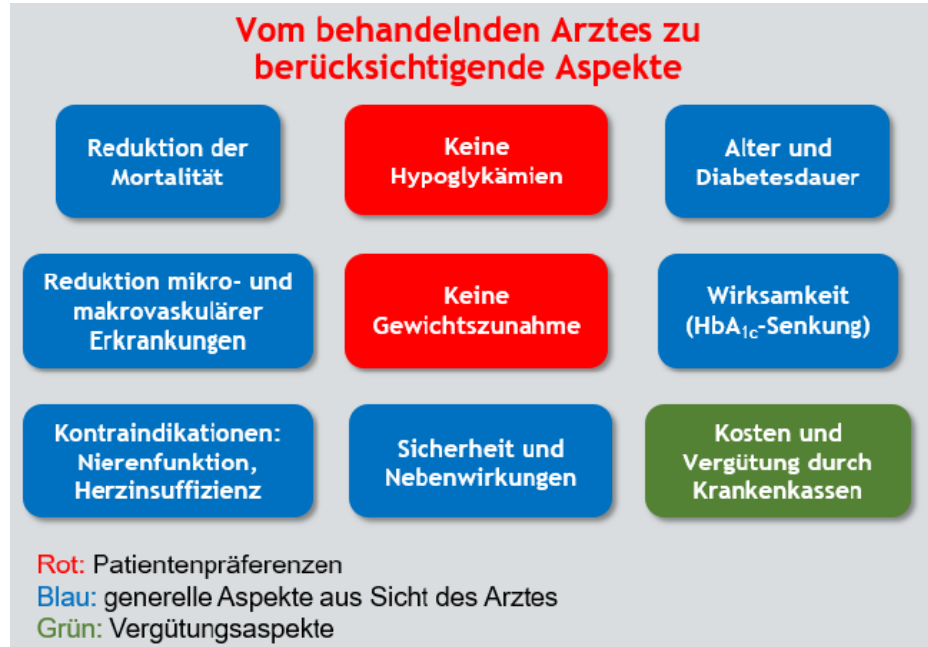
Diabetes im Alter: Zahlen und Fakten

Personen mit Diabetes

Bevölkerung ab 15 Jahren in Privathaushalten



Präferenzen bei der Behandlung



Behandlungsziele

Verlängerung der behinderungsfreien Lebenszeit = Fokus auf Lebensqualität

Ziele in Abhängigkeit der Ressourcen

Unterzuckerung (Hypoglykämie) vermeiden

Berücksichtigung der Funktion und Kognition

Blutzuckereinstellung im Alter nicht zu straff



Diabetes und Demenz

- Zukünftiges Demenzrisiko steigt mit der Anzahl schwerer Unterzuckerungen
- Umgekehrt führt das Vorliegen einer Demenz zu einer höheren Anzahl Unterzuckerungen

Whitmer RA, Karter AJ, Yaffe K, Quesenberry CP Jr, Selby JV: Hypoglycemic episodes and risk of dementia in older patients with type 2 diabetes mellitus. *JAMA* 2009; 301: 1565–72.

Timothy M E Davis, Simon G A Brown, Ian G Jacobs, Max Bulsara, David G Bruce, Wendy A Davis: Determinants of severe hypoglycemia complicating type 2 diabetes: the Fremantle diabetes study. *The Journal of clinical endocrinology and metabolism* 03/2010; 95: 2240–7.



Veränderungen und Lebensgewohnheiten

Sollen unabhängig von der Diabetesdauer unterstützt werden

Regelmässige körperliche Aktivität (150 min pro Woche) = **Schlüsselrolle**

Gesunde Ernährung

Ernährung

Gesunde Ernährung ist von entscheidender Bedeutung!

Faserreiche Kohlenhydratquellen und ungesättigte Fettsäuren verwenden

Hochgradig verarbeitete Lebensmittel begrenzen

Mit Zucker gesüsste Getränke vermeiden



Schweizerische Gesellschaft für Endokrinologie und Diabetologie
Société Suisse d'Endocrinologie et de Diabétologie
Società Svizzera d'Endocrinologia e da Diabetologia
Societad Svizra d'Endocrinologia e Diabetologia



A vibrant assortment of fresh produce including carrots, raspberries, walnuts, tomatoes, and basil. The items are arranged on a white surface, with the text 'Herzlichen Dank' centered over the middle. The produce includes several bright orange carrots, several ripe red raspberries, a cluster of walnuts, a yellow cherry tomato, a green cherry tomato, a red tomato, and several sprigs of fresh green basil. The lighting is bright and even, highlighting the natural colors and textures of the ingredients.

Herzlichen Dank