

# Diabetes kann auch „nerven“

Selbsthilfe lädt zu einem Vortrag über neurologische Probleme bei Diabetes.

**RANKWEIL** Rund 40.000 Menschen in Vorarlberg leiden an einer Form von Diabetes mellitus und in diesem Zusammenhang oft auch an Folgeerkrankungen. Dazu zählt beispielsweise die Polyneuropathie. Das sind Nervenschmerzen, die sich unter anderem durch Taubheit, Kribbeln sowie Brennen an Füßen und Beinen äußern. „Viele Betroffene kommen leider erst spät in Behandlung, deshalb ist der Schaden meist schon angerichtet und lässt sich kaum noch beheben“, weiß Primar Philipp Werner, Leiter der Neurologie in den Landeskrankenhäusern Feldkirch und Rankweil. Um mehr Bewusstsein für diese heimtückische Erkrankung zu schaffen, veranstaltet die Selbsthilfe Diabetes am Mittwoch, 20. Mai, um 18.30 Uhr im Mehrzwecksaal des LKH Rankweil einen von Werner gestalteten Vortrag, in dem es um „Neurologische Erkrankungen in Zusammenhang mit Diabetes“ geht.

## Unterschätztes Risiko

Polyneuropathie (PNP) bedeutet, dass viele Nerven erkrankt sind. Der häufigste Grund ist der Diabetes gefolgt von übermäßigem Alkoholkonsum. Die Medizin unter-



Es gibt verschiedene Hilfsmittel, wie Insulinpumpen, die Diabetikern das Leben erleichtern, es gibt aber andere Risiken, die drohen können.

scheidet zwischen einer peripheren Polyneuropathie und einer autonomen Neuropathie. Erstere betrifft die sensiblen und motorischen Nerven, also Fühlen, Schmerz und Bewegung. Bei der autonomen Form sind jene Nerven geschädigt, die unbewusste Körperfunktionen wie Verdauung, Herzschlag oder Blutdruck steuern. Besonders verbreitet ist bei Typ II-Diabetikern die periphere Neuropathie.

Während Alkohol die Nerven direkt angreift, geschieht dies bei Zucker indirekt. „Er schädigt auch

kleinste Gefäße“, erklärt Primar Philipp Werner. Das Risiko, an einer Neuropathie zu erkranken, wird laut dem Facharzt oft unterschätzt. „Dabei sind 10 bis 15 Prozent der Diabetiker davon betroffen“, fügt er an. Tendenz mit der Zunahme dieser Stoffwechselerkrankung steigend. Der Auslöser ist nicht nur das Ignorieren von Bagatelverletzungen, wie kleinen Schnitten, Schürfüßen oder Risswunden. Auch der sogenannte sozioökonomische Status spielt eine Rolle. Werner listet eine niedrige soziale Stellung, schlech-

ten Zugang zu Gesundheitsleistungen, niedrigen Bildungsgrad sowie die Nichteinhaltung von ärztlichen Empfehlungen auf. Letzteres sei ein großes Problem.

## Erholung möglich

Durch Diabetes geschädigte Nerven können sich bei rechtzeitiger Behandlung durchaus wieder erholen. Im anderen Fall gilt es, den durch die Schmerzen verursachten Leidensdruck wenigstens zu mindern. „Dafür stehen uns gut erprobte Medikamente zur Verfügung“, sagt Philipp Werner und betont neuerlich die Bedeutung, ärztlichen Anweisungen zu folgen. Damit es aber erst gar nicht so weit kommt, sollten Risiken, die etwa durch Nikotin und Alkohol gegeben sind, tunlichst vermieden werden, zumal die Neuropathie die Lebensqualität stark beeinträchtigen kann. Für die Diagnostik stehen modernste Möglichkeiten zur Verfügung, über die im Vortrag ebenfalls berichtet wird.

**MARLIES MOHR**  
marlies.mohr@vvn.at  
05572 501-385

Voranmeldungen unter <https://forms.cloud.microsoft/e/zM7u-jx68tv>

## Geballte Polleninformationen

Gezielte Unterstützung für Allergiker nun auch über die ApoApp möglich.

**WIEN** Mit dem Beginn der Gräserpollensaison verschärft sich für viele Menschen die gesundheitliche Belastung: Fast jeder Vierte in Österreich ist von Pollenallergie betroffen. Typische Symptome wie Niesen, eine laufende oder verstopfte Nase, juckende und tränende Augen sowie Müdigkeit und Konzentrationsprobleme schränken die Lebensqualität oft erheblich ein. Um Betroffene gezielt zu unterstützen, integriert die Apothekerkammer die Polleninformation des Österreichischen Polleninformationsdienst (ÖPID) in ihre ApoApp.

## Persönliches Pollenprofil

Nutzer können ein persönliches Pollenprofil anlegen und erhalten standortbezogene, tagesaktuelle Informationen darüber, welche

Allergene sich gerade in der Luft befinden. Zusätzlich besteht die Möglichkeit, sich benachrichtigen zu lassen, sobald genau jene Pollen zirkulieren, auf die man allergisch reagiert. Dadurch sind individuelle Vorsorgemaßnahmen noch besser und gezielter möglich. Ergänzt wird das Angebot durch praktische Tipps zum Umgang mit der jeweiligen Belastungssituation. „Durch die Kooperation mit dem ÖPID bringen wir wissenschaftlich fundierte Polleninformationen digital, niederschwellig und tagesaktuell zu Betroffenen“, sagt die Präsidentin der Apothekerkammer, Ulrike Mursch-Edlmayr.

Auch der Österreichische Polleninformationsdienst unterstreicht die Bedeutung der Zusammenarbeit: „Je besser Patientinnen und Patienten, aber auch Gesundheitsberufe informiert sind, desto gezielter können Diagnose, Therapie und Allergenkarenz erfolgen“, erklärt Markus Berger, HNO-Mediziner und Leiter des ÖPID. „Apothekerinnen und Apotheker sind oft die

erste Anlaufstelle und für Menschen mit Allergien wichtige Ansprechpartner.“

## Therapieoptionen

Zu den gängigen Therapieoptionen zählen unter anderem Antihistaminika und kortisonhaltige Nasensprays, die Symptome lindern. Mastzellenstabilisatoren werden sowohl in der Prophylaxe als auch in der Dauertherapie eingesetzt. Mithilfe der allergenspezifischen Immuntherapie (Hyposensibilisierung) kann das Immunsystem nachhaltig „umtrainiert“ werden, sodass es eigentlich harmlose Allergenauslöser, wie Gräserpollen, nicht länger als Bedrohung einstuft. Eine frühzeitige Beratung kann helfen, Beschwerden effektiv zu lindern, mögliche Wechselwirkungen zu verhindern und Folgeerkrankungen wie allergisches Asthma zu vermeiden. Laut Blühbereitschaftsmodell des ÖPID sind bereits erste Gräser blühbereit.

Aufgrund der geringen Niederschlagsmengen im April kann man



Die ApoApp stellt für Pollenallergiker eine zusätzliche Hilfe dar.

derzeit von einer durchschnittlichen bis leicht unterdurchschnittlichen intensiven Gräserpollensaison ausgehen. Da Gräser jedoch deutlich länger blühen als Bäume, kann sich die Lage bei stärkeren Niederschlägen in den kommenden Wochen noch ändern. Die lange Saison erklärt sich durch die Vielfalt: In Österreich tragen rund 240 Gräserarten zur Pollenbelastung bei. Die „ApoApp“ kann im App-Store (iOS-Geräte) und Play-Store (Android-Geräte) kostenlos heruntergeladen werden.



Meinung  
Marlies Mohr

## Das letzte Wort

Schnee im Mai: So lautete die Schlagzeile einer Agenturmeldung am Dienstag, in der es um die aktuell unterkühlten Temperaturen bei den bayerischen Nachbarn ging. Da stand gerade Pankratius, einer der fünf Eisheiligen, im Kalender. Die können tatsächlich bärbeißig auftreten, was allerdings keine Überraschung sein sollte, wie Wetterexperten auch in diesem Fall bestätigten: Es sei typisch, dass es im Mai immer mal diesen Kaltfluss-Einfluss gebe. Dabei ist das, was den Eisheiligen in die Schuhe geschoben wird, ein höchst irisches meteorologisches Phänomen, bei dem oft letzte, kühle Luftmassen und Nachtfrost nach einer warmen Phase wieder hereinbrechen. Trotzdem scheinen Pankratius und Konsorten immer für eine Schlagzeile gut.

Es ist Kost der leichten Art, die uns da serviert wird. Zum Glück, würde ich meinen, finden sich zwischen all' den „bad news“ immer wieder auch andere Geschichten. Solche, die uns aufmuntern, uns schmunzeln lassen, weil im Schnee im Mai immer noch so ein Gewese gemacht wird, die uns einfach zeigen, dass sich die Welt noch dreht. Zwar für viele zu schnell in die falsche Richtung, es ist jedoch nicht verboten, auf eine Schubumkehr zu hoffen bzw. aktiv daran zu arbeiten. Aber noch einmal zurück zu den Eisheiligen: Wissen Sie, was mir an diesen Herrschaften ganz besonders gefällt? Dass mit der „kalten Sophie“ für einmal eine Frau das letzte Wort hat... und jetzt kann der Sommer eigentlich kommen.

**MARLIES MOHR**  
marlies.mohr@vvn.at  
05572 501-385

## Von „Bullshitten“, Schleimen und KI

**BREGENZ** Zu Gast in „Traut euch Kinder!“-Folge 23 ist KI-Experte Marco Esposito. Er stellt sich den kritischen Fragen der Podcasterinnen des Vorarlberger Kinderdorfs. Wie sieht es mit den unreinsten menschlichen Fähigkeiten wie etwa Empathie in einem KI-geprägten Arbeitsalltag aus? Kann uns Künstliche Intelligenz wirklich entlasten oder kostet sie uns à la longue unsere Jobs? Mit Marco Esposito unterhalten sich Tanja Schwärzler und Christine Platz-Posch über die Chancen und Risiken von AI-Tools, KI-Therapeuten und -Therapeuten sowie Sprachmodellen. Die Zuhörerschaft erfährt, dass der KI fürs Lügen die Intention fehlt, sie aber gut im „Bullshitten“ und Schleimen ist. Außerdem nimmt Marco Esposito die Zuhörerinnen und Zuhörer mit in seine technikaffine Kindheit und seinen Gymnasiumsabbruch mit 16 Jahren. „Und wir hören, warum er Social Media heute weitestgehend ablehnt“, erklären Tanja Schwärzler und Christine Platz-Posch. „Traut euch Kinder!“ bietet persönliche Einblicke und gesellschaftspolitische Perspektiven rund um das Thema Kindheit.

## Kompetenz erweitert

Die Schule für Medizinische Assistenzberufe, die am Standort Feldkirch der Pflegeschule Vorarlberg angesiedelt ist, blickt auf mehrere erfolgreiche Kursabschlüsse zurück, die jüngst auch gemeinsam entsprechend gefeiert wurden. Insgesamt 20 Absolventinnen und Absolventen schlossen ihre Ausbildungen ab und erweiterten damit ihre fachlichen Kompetenzen im Gesundheitsbereich. Die Ausbildungen für Assistenzberufe sind konsequent auf den Berufsalltag ausgerichtet. Praxisnähe, fachliche Kompetenz und die Zusammenarbeit im interprofessionellen Team stehen dabei im Mittelpunkt. PFLEGESCHULE/MATHIS

