



# Schwanger: Prävention Diabetes

Grazer ForscherInnen raten zu früherer Prävention gegen Schwangerschaftsdiabetes.

## Prävention: Schwangerschaftsdiabetes

Schwangerschaftsdiabetes zählt zu den häufigsten schwangerschaftsbegleitenden Erkrankungen. Die stark erhöhten Blutzuckerwerte steigern das Risiko von Komplikationen vor, während und nach der Geburt. Besonders oft sind übergewichtige Frauen betroffen. Ergebnisse einer europäischen Studie lassen eine Lebensstiländerung noch vor dem vierten Schwangerschaftsmonat ratsam erscheinen.

Eines der großen medizinischen Probleme, die mit der weltweiten Zunahme der Fettleibigkeit einhergehen, ist der Anstieg der Blutzuckerwerte. Riskant kann das auch schon für Frauen im gebärfähigen Alter werden, erklärte Gernot Desoye von der Uniklinik für Frauenheilkunde der Med-Uni Graz im Gespräch mit der APA. Durch den Einfluss der Schwangerschaftshormone steigt vor allem in der zweiten Schwangerschaftshälfte der Insulinbedarf der Schwangeren an. Wenn die Bauchspeicheldrüse die Insulinproduktion an diesen erhöhten Bedarf nicht anpassen kann, steigt der Blutzuckerspiegel und es kommt zum Gestationsdiabetes.

Übergewichtige Schwangere, die wenig Bewegung machen, haben ein höheres Risiko Schwangerschaftsdiabetes zu entwickeln. "Die Stoffwechselstörung der Schwangeren kann zwar nach der Geburt wieder verschwinden, sie birgt aber dennoch die Gefahr negativer Auswirkungen für Mutter und Kind in sich", weiß Desoye. Aufgrund der erhöhten Blutzuckerwerte könnte sich der Stoffwechsel des Kindes schon vor der Geburt auf das ständige Kohlehydrat-Überangebot einstellen, es kann zu Fehlbildungen kommen und die Mütter selbst haben zudem ein erhöhtes Risiko, im späteren Leben Diabetes zu bekommen.

## Forschung an Stoffwechselstörung

In Graz wird diese Stoffwechselstörung nicht nur behandelt, sondern auch intensiv beforscht. Zuletzt wurden unter der Koordination von Desoye gemeinsam mit Partnern aus neun europäischen Ländern an rund 600 übergewichtigen Schwangeren die Wirksamkeit von Ernährungsänderung - also weniger Fett und Kohlehydrate und dafür mehr Proteine - sowie verstärkter körperlicher Aktivität untersucht und Empfehlungen erarbeitet.

Das zentrale Ergebnis: "Entscheidend ist es, auf einen gesunden, aktiven Lebensstil umzusteigen - und zwar noch vor dem vierten Monat, hielt Mireille van Poppel, Professorin für Bewegung und Public Health am Institut für Sportwissenschaft der Uni Graz fest. Sie erklärte auch warum: "Jene Teilnehmerinnen aus ganz Europa, die nach umfassender Beratung im zweiten Drittel der Schwangerschaft sowohl die Ernährung als auch ihr Bewegungsverhalten geändert hatten, nahmen bis zum achten Monat am wenigsten zu". Allerdings

habe das keinen positiven Einfluss mehr auf das Risiko gehabt, Schwangerschaftsdiabetes zu bekommen: "20 Prozent haben zwischen der 24 und 28 Schwangerschaftswoche Gestationsdiabetes entwickelt, am Ende lag die Quote bei rund 30 Prozent", so die Epidemiologin und Expertin für Bewegungsinterventionen.

Die Forscher schließen daraus, dass die Intervention schlichtweg zu spät angesetzt war. Eine Neuorientierung der bisherigen Ess- und Bewegungsgewohnheiten sollte laut Poppel "am besten schon vor der Schwangerschaft, jedenfalls aber vor dem vierten Monat", passieren, um Schwangerschaftsdiabetes zu verhindern.

Im Zuge des Projektes (DALI) wurde an der Med-Uni Graz auch eine Bank mit den Bioproben der Schwangeren und ihrer Babys aufgebaut, in der das mütterliche Serum, Plazentagewebe und Nabelschnurblut analysiert und gespeichert wurden. In der europaweiten Folgestudie will das europäische Team nun die langfristigen Effekte bei den Müttern und ihren Babys untersuchen, wie Desoye schilderte.

Weitere Informationen zur Publikation finden Sie unter:

<https://academic.oup.com/jcem/article-lookup/doi/10.1210/jc.2016-3455>

Textnachweis: APA Science

*Wednesday, 24. May 2017*