

**SPRECHEN SIE MIT IHRER ÄRZTIN,  
IHREM ARZT ODER FRAGEN IN  
IHRER APOTHEKE!**

Viele Therapien könnten erfolgreicher sein, wenn Ärztinnen und Ärzte und auch Sie als Patientinnen und Patienten mehr über die Erkenntnisse der Gendermedizin wüssten.

Was muss ich  
als Frau, als Mann  
bei **Medikamenten  
und Therapien**  
beachten?

Wie ist das bei  
meiner Erkrankung,  
gibt es hier  
**geschlechtsspezifische  
Unterschiede?**

### **Risiko-Selbsttest**

des Deutschen Instituts für Ernährungs-  
forschung Potsdam-Rehbrücke

[HTTPS://.DRS.DIFE.DE](https://.drs.dife.de)

### **Das Internet und andere Medien**

[WWW.DIABINFO.DE](http://WWW.DIABINFO.DE)

[WWW.DIABETIKERBUND.DE](http://WWW.DIABETIKERBUND.DE)

[WWW.GENDERMED.INFO](http://WWW.GENDERMED.INFO)

## **GENDERMEDIZIN IST EIN NOCH JUNGES FACHGEBIET DER MEDIZIN**

Das englische **Gender** bezeichnet das „soziale Geschlecht“, also Erziehung, Rollenbild in der Gesellschaft, Lebensumstände. **Sex** steht für das „biologische Geschlecht“. Wesentlich für die Gendermedizin ist ihr biopsychosozialer Ansatz: Die Ursachen für Gesundheit und Krankheit jedes Menschen sind sowohl in der Biologie, in Körperbau, Genen und Zellen wie auch in seiner gesellschaftlichen Rolle begründet.

Für Patientinnen und Patienten, die sich über die neuen Erkenntnisse der Gendermedizin informieren wollen, gibt es noch wenig Informationsmaterial. Deshalb werden wir diese Veröffentlichungen fortsetzen.

**Sie möchten mehr über uns  
und unsere Projekte wissen?**

[WWW.G3GESUND.DE](http://WWW.G3GESUND.DE)

**DER KLEINE UNTERSCHIED:**

# **DIABETES TYP 2 IST GESCHLECHTSSPEZIFISCH**



G<sup>3</sup> – Arbeitsgemeinschaft  
für moderne Medizin e.V.  
info@g3gesund.de

Gestaltung: [www.minkadu.de](http://www.minkadu.de)



Dieser Flyer entstand mit Unter-  
stützung des Ministeriums für  
Soziales, Gesundheit, Integration  
und Verbraucherschutz des Landes  
Brandenburg (MSGIV).



ARBEITSGEMEINSCHAFT  
FÜR MODERNE MEDIZIN E.V.

**DIESES „SÜSSE LEBEN“**

**BRAUCHT KEINER.**

**Sie heißt im Volksmund „Zuckerkrankheit“. Aber es ist nur zu einem Teil der Zuckerverbrauch an sich, der den Diabetes Typ 2 (Diabetes mellitus) verursacht.**

Eine starke Gewichtszunahme vor allem durch unausgewogene Ernährung und Bewegungsmangel gehört neben dem Rauchen zu den Faktoren, die eine Entstehung dieser um sich greifenden Stoffwechselerkrankung wesentlich begünstigen. Aber auch Stress in Beruf oder Familie können zur Entstehung eines Diabetes führen!

#### **Das passiert:**

Die Körperzellen sprechen weniger auf das Hormon Insulin an, der Blutzuckerspiegels schwankt (gestörte Glukoseintoleranz, Unter- oder Überzuckerung). Wenn die Krankheit nicht rechtzeitig erkannt und behandelt wird:

- Durchblutungsstörungen und Gefäßschädigungen mit schwerwiegenden Folgen
- Amputation des Fußes vor allem bei Männern, Erektionsstörungen, Erblindung
- Herzinfarkt und Schlaganfall – diabetische Frauen haben dafür größeres Risiko als Männer!

**DIE UNTERSCHIEDE –**

**BEIM IHR UND IHM:**

**Jeden Tag erhalten fast 1.000 Menschen in Deutschland die Diagnose Diabetes. Damit leben sechs Millionen bis acht Millionen mit dieser Krankheit, nicht gerechnet diejenigen, die noch nichts von ihrer Krankheit wissen.**

**Die Faktoren, die bei Frauen und Männern zu einem Diabetes führen, unterscheiden sich.**

- **Männer erkranken** im Durchschnitt in einem jüngeren Alter an Typ-2-Diabetes als Frauen und auch bei geringerem Übergewicht.
- Zwei Drittel der Männer 67% und mehr als die Hälfte der Frauen 53% haben ein zu **hohes Körpergewicht**, jeder vierte und jede vierte von ihnen ist schwer übergewichtig (adipös). Tendenz steigend!

#### **WUSSTEN SIE SCHON, DASS ...**

... **Diabetes** sich bei Männern am besten aus einem Nüchtern-Bluttest erkennen lässt? Bei Frauen ist der Glukosetoleranztest geeigneter.



... es bei Frauen durch eine Insulintherapie häufiger zu **Unterzuckerungen** als bei Männern kommt, weil Medikamente immer noch häufig nur an Männern getestet sind?



- Vorsicht, Bauchfett! Die **Fettverteilung** unterscheidet sich bei Männern und Frauen: Bei ihr vor allem an Hüfte und Oberschenkeln an, bei ihm am und im Bauch.
- Nachgewiesen ist ein Zusammenhang zwischen **Schilddrüsenerkrankungen** und Diabetes – bei Frauen häufiger.
- Männer mit erheblichem **Testosteronmangel** haben eine zwei Drittel Wahrscheinlichkeit eines Diabetes. Diabetische Männer klagen etwa 10 bis 15 Jahre früher über sexuelle Einschränkungen als ihre gesunden Altersgenossen. Haben Frauen höhere Werte an **männlichen Sexualhormonen**, ist ihr Diabetes-Risiko größer.
- Auch stärkere Blutungsphasen und mehr Menstruationsbeschwerden können Anzeichen für Diabetes sein.

Unterschiedliche Therapieansätze sind notwendig. **Fragen Sie Ihren Arzt/ Ihre Ärztin!**

... bei den **strukturierten Behandlungsprogrammen** für Diabetes Frauen etwas länger und

kontinuierlicher teilnehmen als Männer? So haben sie seltener Folge- und Begleiterkrankungen.

