

Pressemitteilung AOK PLUS

Ab 88 Zentimeter wird's gefährlich - Mit dem Maßband dem Diabetes auf der Spur

09.11.2016, Dresden

AOK PLUS bietet unkomplizierte Vorsorgeuntersuchung

Am 14. November ist Weltdiabetestag. In Sachsen und Thüringen ist Diabetes die häufigste chronische Erkrankung, oft wäre sie vermeidbar. Sachsens größte Krankenkasse geht in die Offensive. In Sachsen sind ca. 290.000 und in Thüringen über 137.000 AOK-Versicherte zuckerkrank. Das ist jeder Sechste. Damit ist Diabetes mellitus die häufigste chronische Erkrankung.

Das unentdeckte Risiko

Diabetes-Experte Prof. Peter Schwarz von der Uniklinik Dresden schlägt daher Alarm: "Viele Jüngere wissen gar nicht, dass sie 'Zucker' haben. Zusätzlich 'schlummert' der Diabetes bei vielen noch bis zu zehn Jahre unerkant."

Das Problem ist vor allem das Bauchfett unter den Organen. Vielen ist nicht klar, dass sie mit ihrer Kugel eine Zeitbombe herumschleppen. Dabei hilft ein simples Maßband dem Diabetes auf die Spur zu kommen.

"Stellen Sie die Waage beiseite und greifen Sie zum Maßband. Ihr Bauch ist ein Orakel - und verrät Ihnen, wie gesund Sie in Zukunft sein werden", sagt Prof. Schwarz. Ab 102 Zentimeter wird es nämlich für Männer gefährlich. Bei Frauen sind es 88 Zentimeter Taillenumfang.

Wer sein persönliches Diabetes-Risiko kennt, kann und sollte gegensteuern. Denn die Folgen der Krankheit sind fatal: Diabetes schädigt Augen, Nieren und Füße, die Lebenserwartung kann sich um bis zu 20 Jahre verkürzen. "In 80 Prozent der Fälle kann Diabetes jedoch verhindert werden - mit Bewegung und gesunder Ernährung. 1000 zusätzliche Schritte am Tag sind besser als jede Pille", meint Schwarz.

Sachsens größte Krankenkasse geht in die Offensive

Für AOK PLUS-Versicherte wurde deshalb der gesetzliche Check-up 35 um eine Dia-betes-Vorsorge (Check-up PLUS) erweitert. Ein bisher einmaliges Angebot einer Krankenkasse.

Mit diesem Diabetes-Früherkennungstest wird durch das Messen des Bauchumfangs und anhand eines wissenschaftlich fundierten Fragebogens das persönliche Risiko ermittelt, innerhalb der nächsten 10 Jahre an Typ 2-Diabetes zu erkranken.

Wir finanzieren nicht nur Reparaturmedizin

Wer das 35. Lebensjahr vollendet hat, kann aller zwei Jahre kostenfrei zu dieser Untersuchung gehen – am besten beim Hausarzt.

"Wir müssen dem Diabetes etwas entgegensetzen, bevor die Krankheit ausbricht. Wir wollen im Interesse unserer Versicherten aktiv werden und nicht nur Reparaturmedizin bei der Volkskrankheit Diabetes finanzieren", betont Rainer Striebel, Vorstandsvorsitzender der AOK PLUS.

Nach Einschätzung des Diabetes-Forschers Prof. Schwarz steht den Versicherten der AOK PLUS im bundesweiten Vergleich das beste Screening-Modell zur Verfügung: "Denn je nach Testergebnis schließt die entsprechende Behandlung direkt an die Untersuchung an."

