

## Insulinresistenz

Insulin wird in den Langerhans'schen Zellen des Pankreas produziert. Als anaboles Hormon führt es zur Speicherung von Glykogen in der Leber und zum Aufbau von Fett- und Muskelgewebe. Durch die Glucoseaufnahme in die Zellen sinkt der Blutzuckerspiegel im Blut ab. Bei einem verminderten Ansprechen des Körpers auf Insulin spricht man von einer Insulinresistenz. Nebst seltenen angeborenen Störungen und hormonellen Erkrankungen sind Medikamente (Cortison), Schwangerschaft, Stress und Infektionen typische Ursachen einer Insulinresistenz. Weitaus am häufigsten liegt dieser aber ein (bauchbetontes) Übergewicht und eine genetische Veranlagung zugrunde. Der Pankreas versucht mit einer vermehrten Insulinproduktion (Hyperinsulinämie) die Insulinresistenz zu überwinden. Wenn dieser Kompensationsmechanismus versagt, kommt es zu einem Anstieg des Blutzuckers und schliesslich zur Entwicklung eines Diabetes mellitus Typ 2. Die typischen Folgen der Insulinresistenz können unter dem „metabolischen Syndrom“ zusammengefasst werden. Dieses beinhaltet eine Erhöhung von Blutdruck, Blutzucker und Lipiden sowie einen vergrösserten Bauchumfang, oft liegt auch eine Fettleber vor. Das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen ist hierbei erheblich erhöht. Im Weiteren ist die Insulinresistenz assoziiert mit einem steigenden Risiko für gewisse Krebserkrankungen sowie dem Syndrom der polyzystischen Ovarien (PCOS) bei Frauen. Letzteres kann mit einem Überschuss an männlichen Hormonen, maskulinem Körperbehaarungsmuster, Akne und unregelmässiger Menstruation einhergehen. Aufgrund der mannigfaltigen Folgeerkrankungen einer Insulinresistenz ist eine Früherkennung gefährdeter Patienten wichtig. Lebensstiländerungen mit einer Diät/Gewichtsreduktion und körperlicher Aktivität sind dann die wichtigsten therapeutischen Massnahmen. Als medikamentöse Therapie kann unterstützend Metformin eingesetzt werden, welches die Gluconeogenese der Leber hemmt und die Insulinsensitivität von Muskel- und Fettgewebe verbessert.

### Kontakt:

Dr. med. Lisa Sze Rogdo  
Fachärztin für Endokrinologie / Diabetologie  
Allgemeine Innere Medizin  
Hormon Zentrum Zürich  
Witellikerstrasse 36  
CH-8008 Zürich  
+41 44 387 70 30  
lisa.sze@hin.ch



Schweiz. Natürlich.



Schweizer Milchproduzenten SMP, Swissmilk  
Public Relations  
Weststrasse 10, 3000 Bern 6  
Telefon 031 359 57 57  
factsandnews@swissmilk.ch  
[www.swissmilk.ch/symposium](http://www.swissmilk.ch/symposium)