

Checklista för undersökningar vid diabetes

- Gäller vuxna personer med typ 1- och 2-diabetes

Undersökning minst en gång per år	Målvärde	Varför
HbA1c = långtidsblodsocker HbA1c är ett blodprov som mäts av vården. Det speglar blodsockret 6-8 veckor bakåt och visar hur god kontroll man har på sin diabetes och om behandlingen fungerar.	<52 mmol/mol Målvärdet ska individualiseras, se till höger. Ta ditt blodsocker själv regelbundet, rådgör med vården om hur ofta. Målvärde individualiseras men ett mål kan vara fastebloodsocker under 6 och 2 timmar efter måltid under 9.	Hos gamla, svårt hjärtsjuka och dem med återkommande svåra känningar kan HbA1c vara högre. Hos nydiagnostiserade, unga och hos dem med låg risk för känningar eftersträvas ett HbA1c ned mot 42 mmol/mol.
Blodtryck	<140/85 mmHg Viss individualisering beroende på ålder och sjukdomsbild.	Högt blodtryck är en riskfaktor för bl a hjärtinfarkt, stroke och försämrad njurfunktion. Många personer med diabetes behöver blodtrycksbehandling för att uppnå målvärdet.
Äggvita i urinen (U-albumin) Urinprov som visar njurfunktion.	Morgon <3 mg/mmol Dag <5 mg/mmol	Vid tidig upptäckt av äggvita i urinen kan skador på njurfunktionen förhindras eller fördröjas.
Blodfetter: Mäts med blodprov	Individuellt beroende på om risken för hjärtkärlsjukdom är mycket hög, hög eller måttlig. Bedömningen baseras på en samlad riskfaktorbedömning, inte bara på HbA1c, blodtryck eller blodfetter.	För mycket av det skadliga kolesterolet, LDL, och för lite av det nyttiga, HDL, ökar risken för hjärtkärlsjukdom.
Fotundersökning Undersöks med monofilament (plaststicka), stämgaffel, pulstagning	Fötterna ska undersökas och riskbedömas. Riskgruppen anger vilken risk du har att utveckla komplikationer och hur ofta fötterna ska undersökas. Vid ett infekterat fotsår med icke förnimbar fotpuls ska sjukhusets fotteam kontaktas.	Vid tidig upptäckt av förändringar kan nerv- och cirkulationsskador förhindras eller fördröjas.
Ögonbottenfotografering		Kontroll vid diabetesdebut, sedan vartannat år vid typ 1-diabetes och vart tredje år vid typ 2-diabetes. Täta kontroller vid ögonbottenförändringar. Vid tidig upptäckt av förändringar kan skador förhindras eller fördröjas.

Checklistan är baserad på Socialstyrelsens senaste nationella diabetesriktlinjer som uppdaterades 2018. Listan är även granskad och godkänd av Kaija Seiboldt, sjuksköterska och vårdutvecklingsledare inom diabetes vid region Stockholm utbildningscentrum för diabetes och Bengt-Olov Tengmark, specialistläkare inom diabetes på Citydiabetes.

Be din läkare rapportera in dina uppgifter till Nationella diabetesregistret, NDR.

Diabetes Stockholm, fd Storstockholms Diabetesförening

Upplandsgatan 3, 111 23 Stockholm

08-654 00 40

www.diabetesstockholm.se

info@diabetesstockholm.se

