

TYP 2-DIABETES

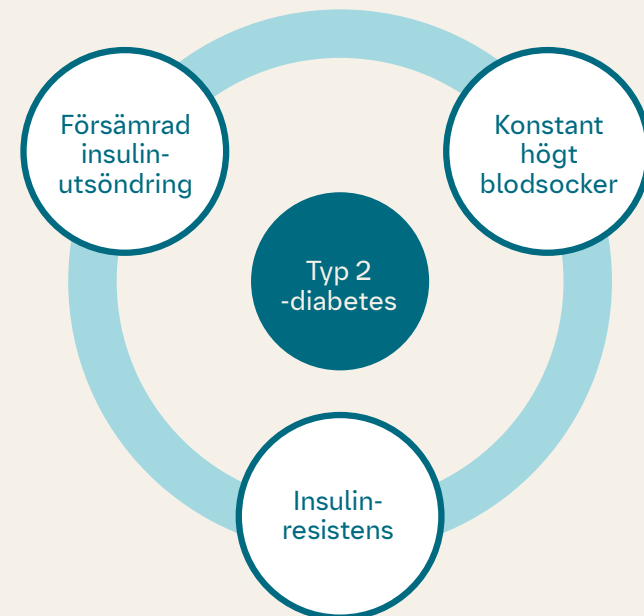
# Vad är typ 2-diabetes?

## Innehåll

|   |    |
|---|----|
| Vad innebär typ 2-diabetes (T2D)?           | 3  |
| Hur påverkar T2D?                           | 4  |
| Hur behandlas T2D?                          | 5  |
| Uppföljning av T2D-behandling               | 7  |
| Vad berättar dessa prov och undersökningar? | 8  |
| Minnesanteckningar                          | 10 |

## Vad innebär typ 2-diabetes (T2D)?

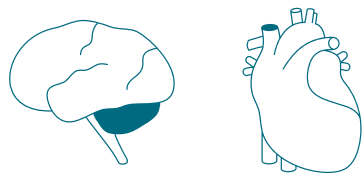
- Risken för att få diabetes beror i hög grad på ärftliga faktorer
- T2D orsakas av störningar i regleringen av blodsockerbalansen, och kännetecknas av återkommande högt blodsocker
- Hos en person med T2D kan mängden insulin som bukspotts-körteln utsöndrar vara otillräcklig eller ha otillräcklig effekt. Den kan även orsakas av båda två.
- T2D är en progressiv sjukdom vars förlopp i hög grad kan påverkas genom livsstilsfaktorer och läkemedelsbehandling



# Hur påverkar T2D?

Behandling av diabetes handlar om mycket mer än blodsockerkontroll

- Diabetes påverkar många organ direkt eller indirekt, och därför är **det viktigt att behandla sjukdomen ur ett helhetsperspektiv**
- Hjärt- och kärlsjukdomar är den främsta orsaken till morbiditeten och dödsfall bland diabetiker
- Diabetes påverkar de små och stora blodkärlen
- Även erektionsproblem är vanliga hos diabetiker



De stora blodkärlen



De små blodkärlen

# Hur behandlas T2D?

T2D behandlas både med läkemedel och med läkemedelsfri behandling

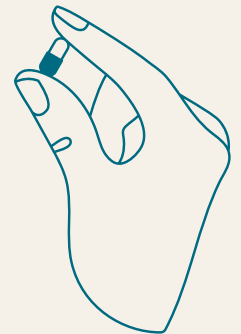
## 1. God läkemedelsfri behandling

- Viktkontroll
- Tillräckligt med motion
- Hälsosam kost
- Tillräckligt med sömn
- Rökfrihet
- Högst måttlig alkoholkonsumtion



## 2. God läkemedelsbehandling

- Individuell
- Beaktar patientens tillstånd ur ett helhetsperspektiv





## Uppföljning av T2D-behandling

Diabetesbehandlingen ska utvärderas med 6–12 månaders mellanrum och vid behov oftare

### 6-12 månaders mellanrum

Genomförande och utmaningar av egen vård, allmänna humöret och orket med vården

HbA1c- nivå

Hypoglykemi (glukoshalten, som orsakar symptom), ketoacidosis

Vikt, motion, mat- och levnadsvanor

Blodtrycksnivån då mätt hemma

Injektionsställen

Undersökning av fötter och ben (risk ben)

### Följande undersökningar görs om nödvändigt:

PVK

ALAT

TSH patienter, som har hypoglykemi eller onormalt höga lipidvärden

Patienter som använder metformin B12-vitamin

### Årligen

P-Krea, beräkningsmässiga glomerulära filtrationshastigheten (eGFR)

Urinalbumin (U-AlbKrea)

Fötternas skick

Munnen och tändernas hälsa

Blodtryck och puls

Användare av blodtrycksmedicin P-K och P-Na

### Med 1-3 års mellanrum

Lipider (typ 2-diabetes årligen)

Ögönbottenavbildning och inspektion av synen

Fysisk prestationsförmåga (om nödvändigt EKG)

Körhälsa

# Vad anger dessa prov och undersökningar ?

| Undersökningens förkortning | Undersökning  | Vad anger den?   |
|-----------------------------|---|--|
| B-PVK                       | Blodbild  | PVK dvs. en grundläggande blodbild är en allmänt använd laboratorieundersökning. Som namnet antyder ger det en överblick av människans blodceller och hemoglobin, och därmed även människans hälsa. Blodbilden innehåller flera del undersökningar med vilka man mäter blodets hemoglobinhalt och räknar blodceller: vita celler (leukocyter), röda celler (erythrocyter) och blodplättar (trombocyter). |
| P-Na                        | Natrium i plasman                                     | Natrium är ett av kroppens viktigaste salter. Denna elektrolyt är nödvändig för att behålla en fungerande vätskebalans i cellerna. Natrium fås från vanlig mat och matsalt, dvs. natriumklorid.  |
| P-K                         | Kalium i plasman                                      | Kalium hjälper att överföra nervimpulser och att reglera muskelkontraktioner. Blodets kaliumnivå bör alltid vara i balans så att kroppen fungerar normalt. Om kaliumnivån är rubbad, kan muskelkontraktionen försvagas. Det är speciellt skadligt för hjärtats funktion.   |
| P-ALAT                      | Alaninaminotransferas i plasma                        | Alaninaminotransferas (ALAT) är huvudsakligen en enzym, dvs. äggviteämne, som finns i levercellerna. Mätning av ALAT-värden är den primära metoden för att screena skador i levercellerna eller en möjlig leverinflammation.   |
| P-Krea                      | Kreatinin i plasma                                    | Kreatinin är musklernas metabolism produkt. Kreatinin mäts då man vill undersöka eller följa njurarnas funktion. Kreatinin kan även mätas då man undersöker kroppens allmänna hälsa under sjukdomar som påverkar njurarna. Sådana sjukdomar är till exempel diabetes och hjärt-blokkärlssjukdomar.   |
| eGFR                        | Njurarnas estimerade glomerulära filtrationshastighet | eGFR-värdet berättar om njurarnas funktion. Mera specifikt, den mäter (njurarnas kapillärnätverks dvs. glomerulus estimerade glomerulära filtrationshastighet= glomerular filtration rate).  |
| U-AlbKre                    | Urinalbumin (viteämne, protein)                       | U-AlbKre mäter hur mycket albumin (ett protein) som utsöndras i urinen i förhållande till kreatin. Detta används för att bedöma njurarnas funktion och för att upptäcka eventuell njurskada till exempel vid diabetes eller högt blodtryck.  |
| Kolesterol                  | Total kolesterol                                      | Kolesterol är nödvändig fett för människan. Det behövs bl.a. som byggämne för cellmembranen och för produktion av hormoner och D-vitamin. Det finns sk. god kolesterol (HDL) och dålig kolesterol (LDL). Det är bra att regelbundet följa kolesterol värdena.  |
| HDL                         | sk. god kolesterol                                    | HDL transporterar kolesterol bort från vävnaderna och artärväggarna tillbaka till levern där den utsöndras.  |
| LDL                         | sk. dålig kolesterol                                  | LDL transporterar kolesterol till vävnaderna och artärväggarna. I stora mängder så kan den samlas i väggstrukturerna och orsaka trängsel i artären och därmed minska mängden blod som ryms att rinna genom artären.  |
| Trigly                      | Triglycerider   | Triglycerider är fett som cirkulerar i blodet och som kroppen använder som dess energireserv. Kroppen producerar själv triglycerider, men det fås även via mat från olja, smör och djurfett. Ett högt triglycerid värde ökar risken för hjärt- och blodkärlssjukdomar.   |
| HbA1c                       | Blodets sockerhemoglobin, dvs. långtidsocker          | HbA1c-undersökningen berättar om kroppens genomsnittliga sockerbalans från de gångna 2-8 veckorna. För att glukos fastnar långsamt, så påverkar en stundvis hög eller låg glukoshalt inte på långtidsockret.   |



