Boehringer Ingelheim

TYYPIN 2 DIABETES

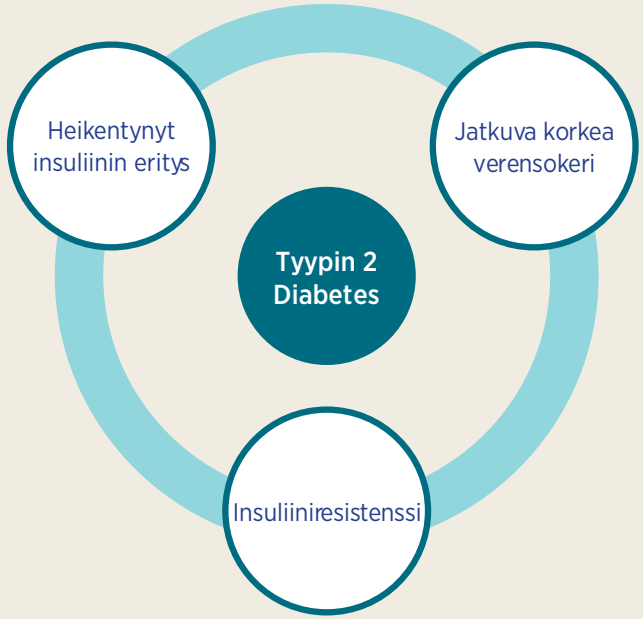
Mikä on tyypin 2 diabetes?

Sisällys

Mitä tarkoittaa tyypin 2 diabetes (T2D)?	3
Mihin T2D vaikuttaa?	4
Miten T2D hoidetaan?	5
T2D – hoidon seuranta	7
Mitä nämä kokeet ja tutkimukset kertovat?	8
Muistiinpanot	10

Mitä tarkoittaa tyypin 2 diabetes (T2D)?

- Alttius diabetekseen periytyy vahvasti
- T2D johtuu verensokeritasapainon säätelyn häiriöstä ja sille on ominaista toistuvasti korkea verensokeri
- T2D:sta sairastavalla haiman erittämän insuliinin määrä voi olla riittämätöntä tai se ei vaikuta riittävän tehokkaasti. Se voi johtua myös molemmista.
- T2D on etenevä sairaus, jonka kulkuun voidaan tehokkaasti vaikuttaa elämäntapatekijöillä ja lääkityksellä

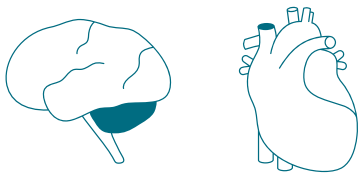


Mihin T2D vaikuttaa?

Diabeteksen hoito on paljon muutakin kuin verensokerin hoitoa

Diabetes vaikuttaa moneen elimeen suoraan tai välillisesti, minkä vuoksi **on tärkeää hoitaa sairautta kokonaisvaltaisesti**

- Sydän- ja verisuonisairaudet ovat diabeetikoiden merkittävin sairastavuuden ja kuoleman syy
- Diabetes vaikuttaa pieniin ja suuriin verisuoniin
- Myös erektio-ongelmat ovat yleisiä diabeetikoilla



Suuret verisuonet



Pienet verisuonet

Miten T2D hoidetaan?

T2D:sta hoidetaan sekä lääkkeettömästi että lääkkeillä

1. Hyvä lääkkeetön hoito

- Painonhallinta
- Riittävä liikunta
- Terveellinen ruokavalio
- Riittävä uni
- Tupakoimattomuus
- Korkeintaan kohtuullinen alkoholin käyttö



2. Hyvä lääkehoito

- Yksilöllinen
- Huomioi kokonaisvaltaisesti potilaan tilanteen





T2D – hoidon seuranta

Diabeetikon hoitoa tulisi arvioida 6-12 kuukauden välein ja tarvittaessa tiheämmin

6-12 kuukauden välein	pvm
HbA1c eli pitkä sokeri	
Matalat verensokerit, ketoasidoosit	
Paino, liikunta, elämäntavat	
Verenpaine	
Pistospaikat	
Jalkojen tarkastaminen	
Mieliala, jaksaminen	
Omahoidon toteutuminen	
Vuosittain	pvm
Verenpaine ja syke	
Munuaisten terveys: Mikroalbuminuria, veren kreatiniiniarvo ja eGFR	
Jalkojen tutkiminen	
Suun terveys	
Perusverenkuva eli PVK	
Ajoterveys	
Veren kalium- ja natriumpitoisuudet (jos verenpainelääkitys)	
1-3 vuoden välein	pvm
Veren ALAT-arvo (ks. seuraava sivu)	
Veren rasva-arvot	
Silmänpohjakuvaus ja näkö	
Aikuisilla EKG ja fyysinen suorituskyky	

Mitä nämä kokeet ja tutkimukset kertovat?

Tutkimuksen lyhenne	Tutkimus	Mitä kertoo?
B-PVK	Perusverenkuva	Antaa yleiskuvan verisoluista ja hemoglobiinista
P-Na	Plasman natrium	Natrium on tärkeimpiä elimistön nesteiden suoloja. Sopiva veren ja muiden nesteiden natrium-pitoisuus on välttämätön aineenvaihdunnan toiminnalle.
P-Na	Plasman kalium	Kalium on natriumin ohella toinen tärkeä veren suola. Nesteenpoistolääkkeitä käyttävien potilaiden kaliumarvoja tarkkaillaan säännöllisesti. Liian suuri kaliumarvo (hyperkalemia) liittyy ennen kaikkea munuaisten vajaatoimintaan.
P-ALAT	Plasman alaniiniaminotransferaasi	ALAT-pitoisuuden määritys veriplasmasta on ensisijainen maksasoluvaurion tai -tulehduksen seulontatutukimus. Lihavuus johtaa usein maksasolujen rasvoittumiseen eli rasvamaksaan, joka jo sinänsä suurentaa ALAT-arvoja. ALAT-arvon nousun voi aiheuttaa myös sepsis eli verenmyrkytys, keuhkoinfarkti, jotkut lihassairaudet, sydämen vajaatoiminta tai munuaisten vajaatoiminta.
P-Krea	Plasman kreatiniini	Munuaisten toimintaa voidaan tutkia mittaamalla verestä aineita, jotka erittyvät munuaisten kautta pois. Jos erittyminen on tilapäisen syyn tai munuaistaudin vuoksi häiriintynyt, aineen määrä veressä suurenee. Yleisimmin tarkoitukseen käytetään kreatiniinia.
GFR	Laskennallinen munuaisten glomerulusten suodatusnopeus	Laskukaavalla saatu GFR-arvo (munuaisten hiussuonikerästen munuaistoiminnan eli glomerulusten suodatusnopeus = glomerular filtration rate) on tarkempi munuaistoiminnan kuvaaja kuin pelkkä kreatiniiniarvo. GFR ottaa kreatiniinin ohella huomioon myös iän ja sukupuolen.
U-AlbKrea	Virtsan albumiini (proteiini)	Tilannetta, jossa albumiinimäärä virtsassa on jo hieman lisääntynyt, kutsutaan mikroalbuminuriaksi. Diabeteksessa lisääntynyt albumiinin eritys merkitsee, että diabetekseen liittyvän munuaissairauden vaara on ilmeinen.
Lipidit (fP-Kol, fP-Kol-HDL, fP-Kol-LDL ja fP-Trigly)	Plasman paastoarvot: kokonaiskolesteroli ja ns. hyvä ja paha kolesteroli sekä triglyseridit	fP-Kol tutkimus tarkoittaa kokonaiskolesterolia. Käytännössä samalla tutkimuskerralla määritetään miltei aina myös HDL-, LDL- ja triglyseridiarvot. Suurentunut kolesteroliarvo lisää vaaraa sairastua valtimonkovettumatautiin eli ateroskleroosiin. Kohonnutta veren kolesterolia voidaan alentaa ruokavalion muutoksilla ja tarvittaessa kolesterolilääkkeillä, jolloin etenkin LDL-kolesterolin pieneneminen on tavoitteena. Vyötärölihavan henkilön laihduttaminen pienentää tehokkaasti veren triglyseridiarvoa. Triglyseridiarvo suurenee myös runsaan alkoholin käytön ja huonossa tasapainossa olevan diabeteksen yhteydessä.
B-HbA1c	Veren sokerihemoglobiini eli ns. pitkä sokeri	Diabeteksen hoidon onnistumista arvioidaan hemoglobiini HbA1c -tutkimuksella. HbA1c-arvo kuvastaa keskimääräistä veren glukoosin määrää edeltävän 2–8 viikon aikana.

Muistiinpanot

Boehringer Ingelheim

PC-FI-103239-META-06-2024