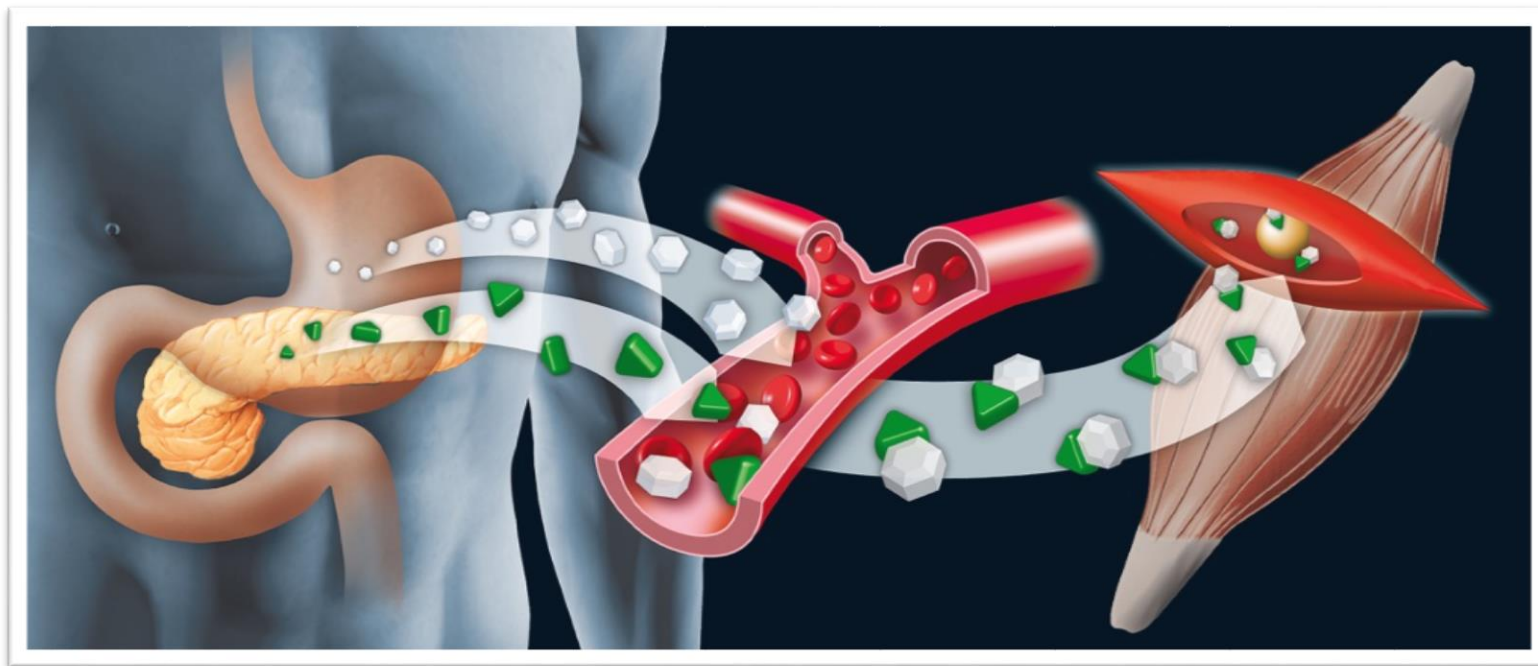




Välkommen!

Träff 1 - Diabetesjukdomen





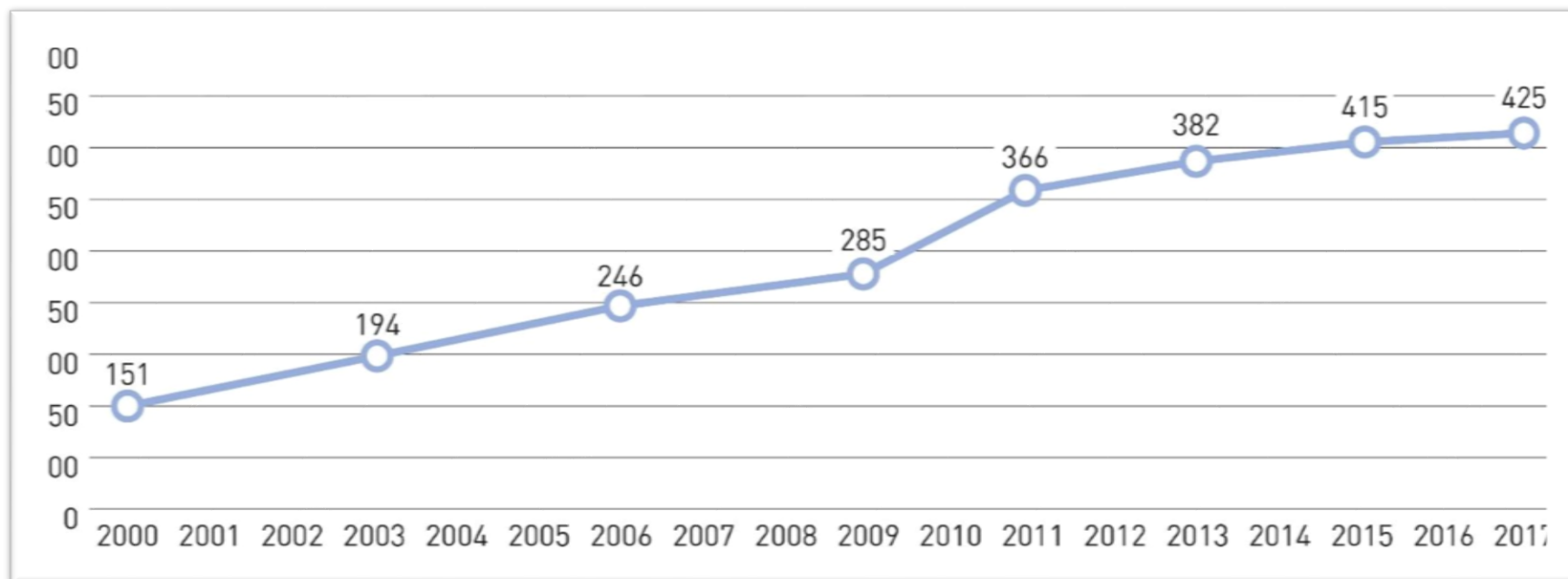
Hur upplevde du
att få diabetes?

Varför ska vi träffas?



- Få mer kunskap om diabetes
- Få tips av andra
- Må bättre
- Kunna hantera diabetes i vardagen

Diabetes ökar i världen



Hur vanligt är diabetes i Sverige?

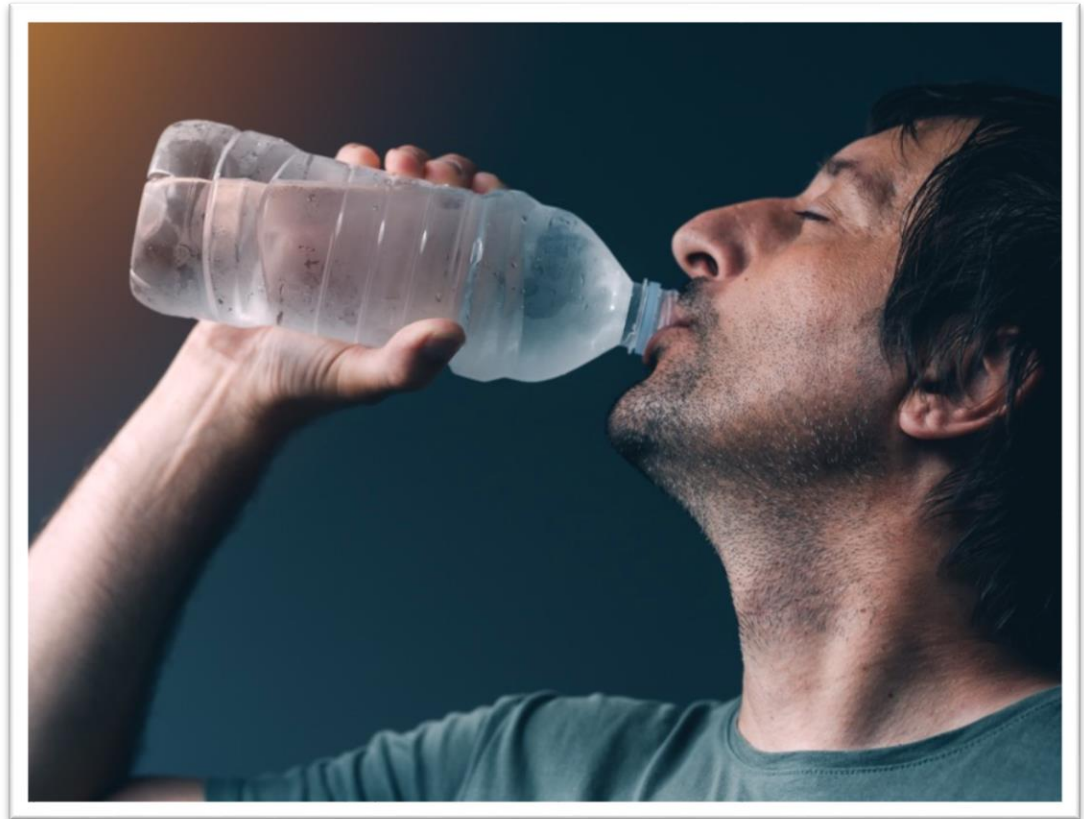
- Cirka 500 000 personer
- 90% har typ 2-diabetes
- Stort mörkertal

Källa: Diabetesförbundet, IDF 2017

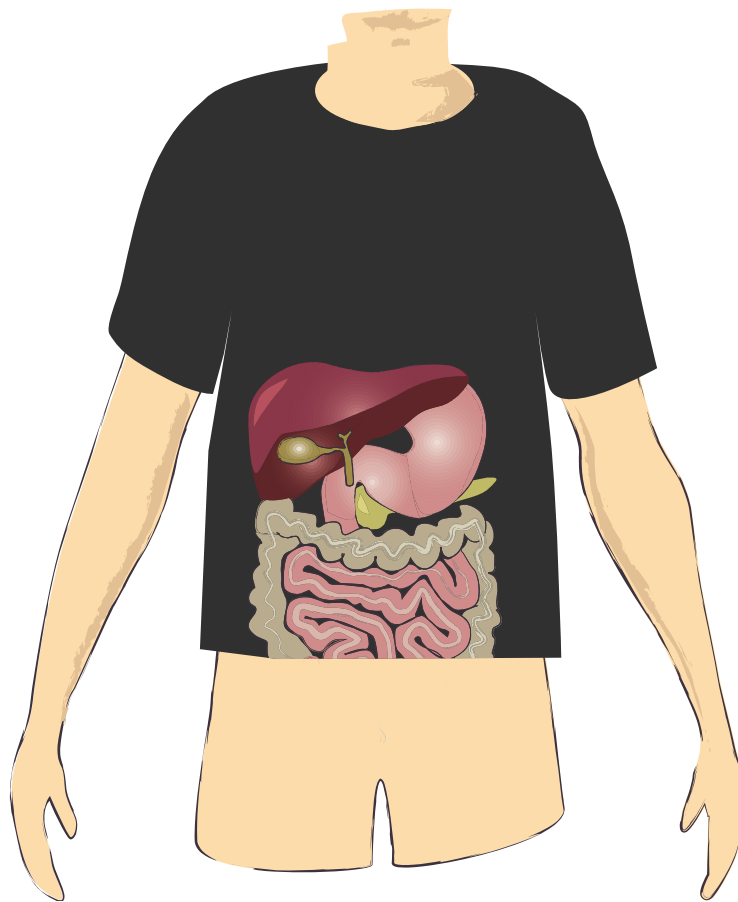


Symtom vid högt blodsocker

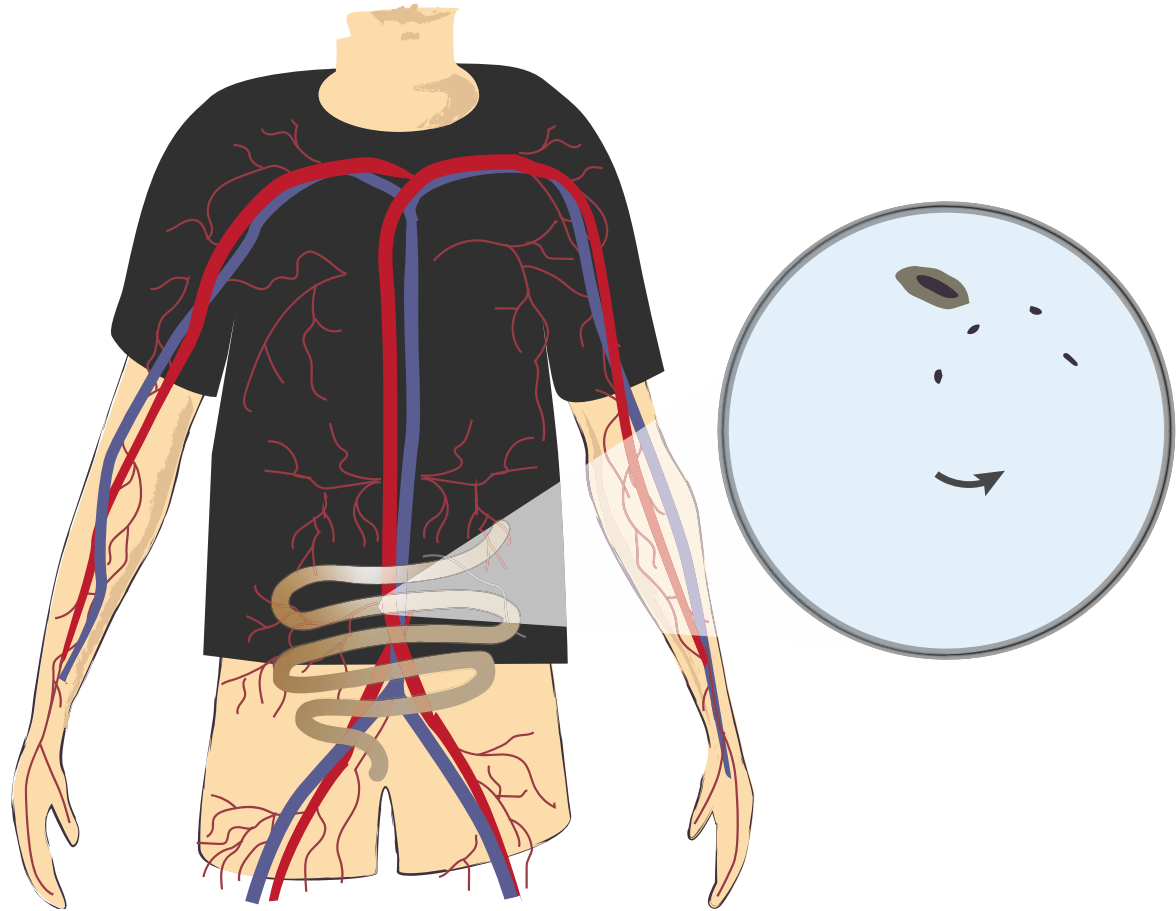
- Stora urinmängder
- Törst
- Trötthet
- Urinvägs-/svampinfektion
- "Suddig" syn
- Viktnedgång
- Huvudvärk



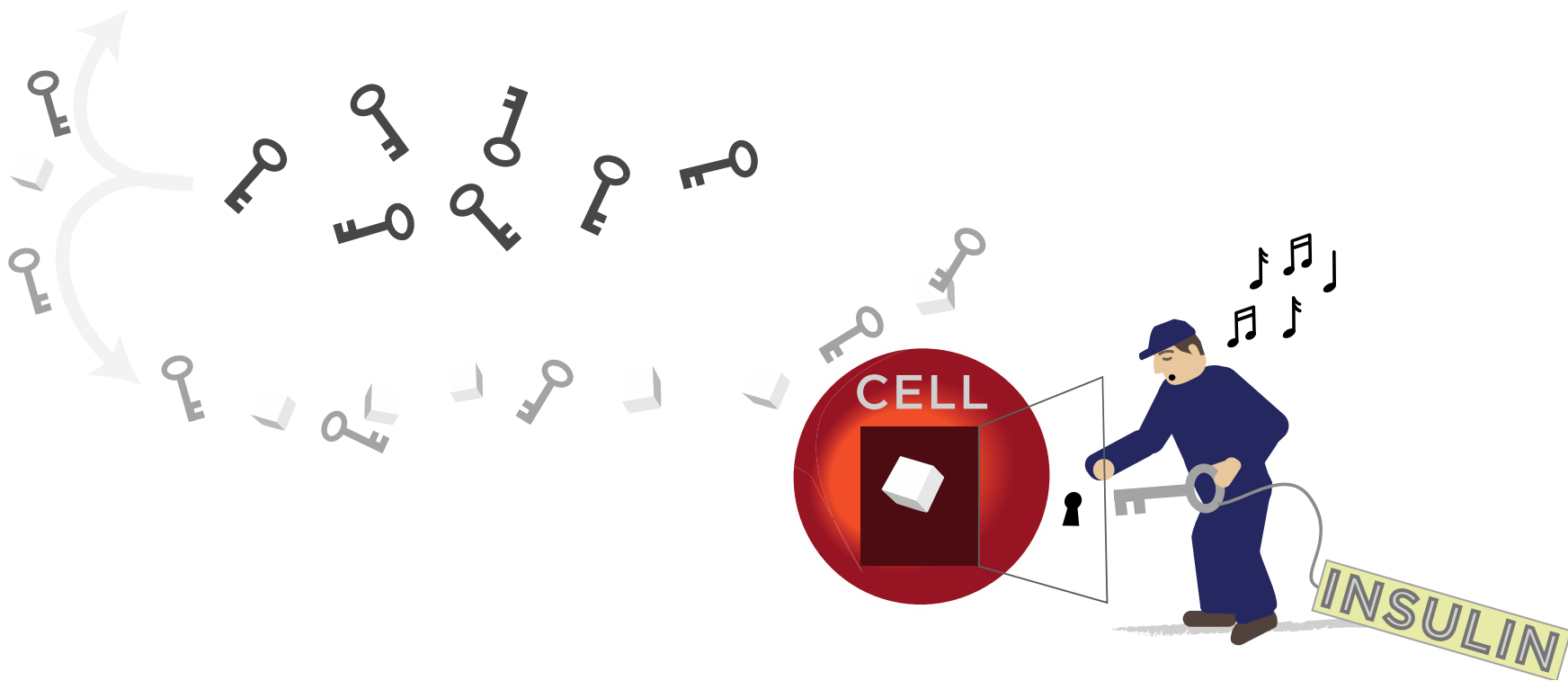
Ämnesomsättningen hos en frisk person



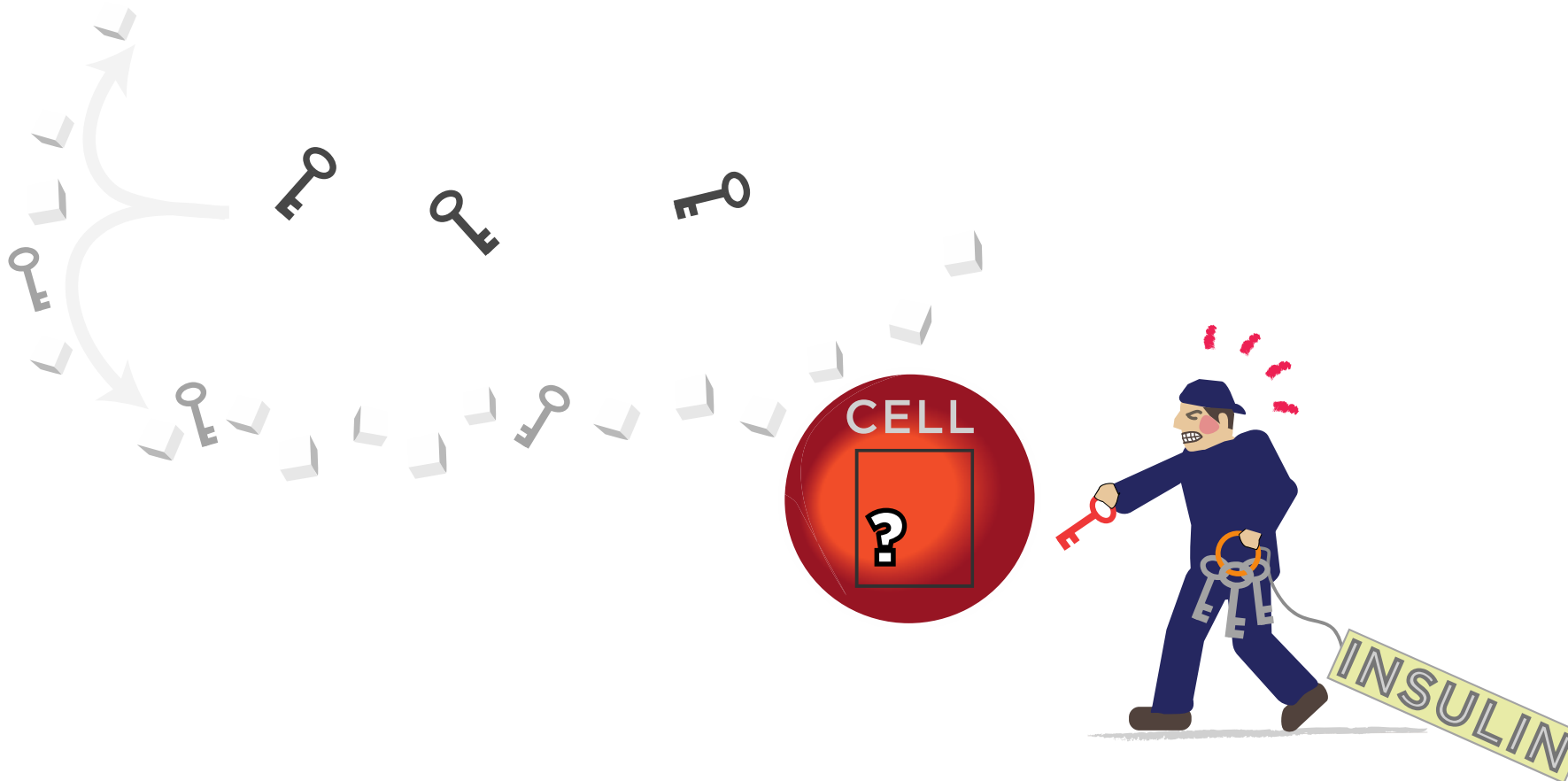
Blodsockrets väg till cellerna



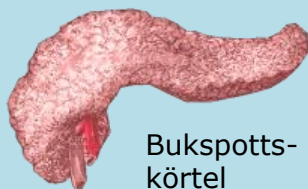
Vad är insulin och var bildas det?



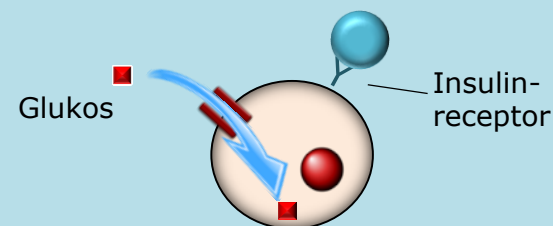
Vad händer i kroppen vid typ 2-diabetes och varför?



Frisk



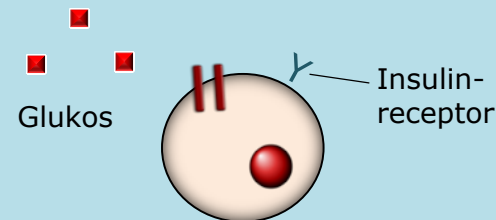
Betaceller
producerar
insulin



Typ 1-diabetes



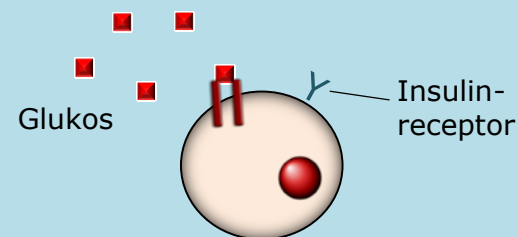
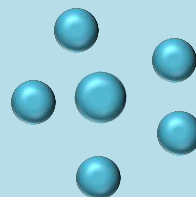
Betaceller
kan
inte producera
insulin



Typ 2-diabetes



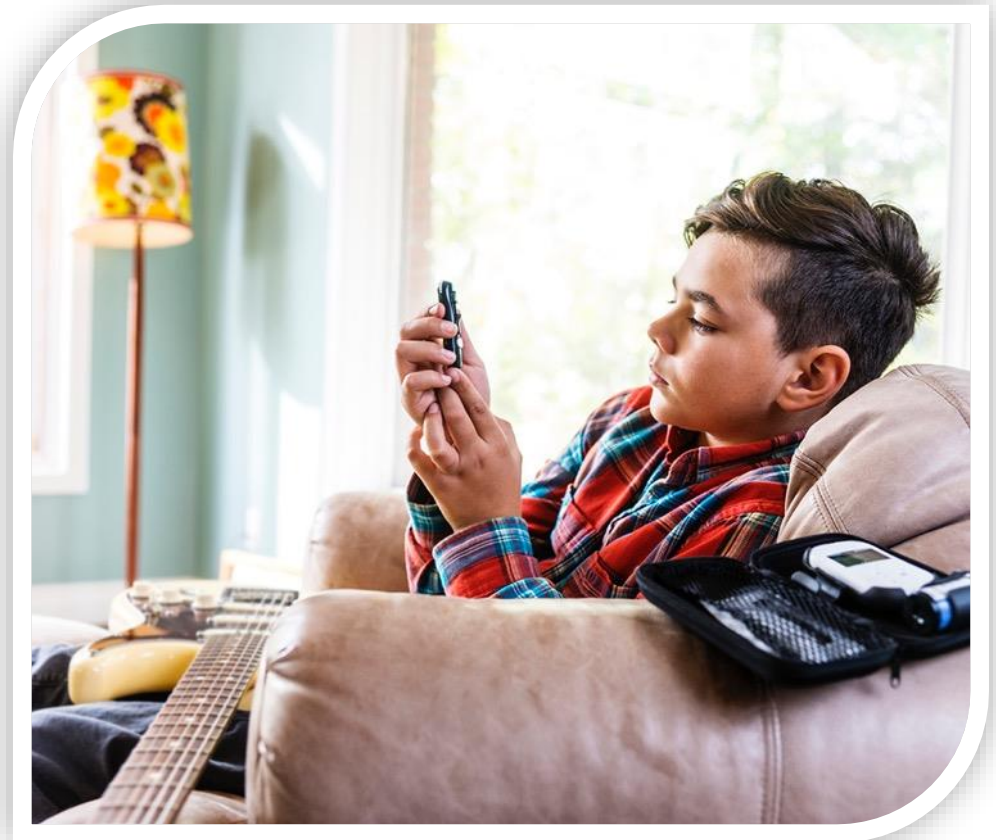
Insulin



Cell svarar
inte på insulin
(insulinresistent)

Typ 1-diabetes

- Insulinproduktionen upphör
- Hastigt insjuknande, oftast före 30 års ålder
- Immunförsvaret förstör insulinproducerande celler
- Låg ärftlighet
- Behandling: Utbildning om sjukdomen, alltid insulin, levnadsvanor



Tänkbara orsaker till typ 1-diabetes



Typ 2-diabetes



- Insulinet har sämre effekt
- Med tiden försämras insulinproduktion
- Långsamt insjuknande, oftast efter 40 års ålder
- Behandling: Utbildning enskilt och i grupp, förändring av levnadsvanor och medicinsk behandling

Tänkbara orsaker till typ 2-diabetes



Hur ställs diagnos?

Två blodprov tagna vid olika tidpunkter:

- Om två blodsockerprov $\geq 7,0$ *eller*
- Om två HbA1c (långtidsblodsocker) ≥ 48 *eller*
- Om ett blodsockerprov $\geq 7,0$ och ett HbA1c ≥ 48



Vad är HbA1c?



- Ett medelvärde för blodsockret
- Mäter hur mycket av blodsockret som har fastnat på de röda blodkropparna
- HbA1c mäts i mmol/mol till skillnad från blodsocker som mäts i mmol/l
- Högt HbA1c och komplikationer har ett starkt samband

Förhållandet mellan HbA1c och medelblodsocker

HbA1c	P-Glu
40	6-7
50	7-9
60	9-10
70	10-12
80	12-13
90	13-15
100	15-17
110	16-18
120	17-20
>130	>20

Ref: Diabeteshandboken.se

Behandlingsmål

- Behandlingsmålet är **individuellt**
- Blodsocker fastande ca 4-6 mmol/l
- Blodsocker 2 timmar efter måltid 6-8 mmol/l
- HbA1c 42-52 mmol/mol
- Undvika för lågt blodsocker (känning) <3,5 mmol/l

*Källa: Nationella programrådet diabetes, 2014
SoS, 2015*



När mäter ni blodsockret?



Vad påverkar blodsockret?

