

Diabeteksen hoidon seuranta



Hoidon seuranta

- mitä asioita diabeetikolta on tärkeää seurata?

- diabeetikolta seurataan:
 - oireet
 - verensokeri (yksittäiset + jatkuva seuranta)
 - veren / virtsan ketoaineet
 - jalkojen terveys
 - suun terveys
 - paino
 - insuliinin pistospaikat
 - verenpaine
 - silmämpohjat

3–6 kk:n välein	Vuosittain	1-3 vuoden välein
omahoidon toteutuminen ja ongelmat, hoitoväsymys	Krea, (GFR)	ALAT
HbA _{1c}	mikroalbuminuria	lipidit
hypoglykemiat (glukoositaso, jolla oireita), ketoasidoosit	jalkojen kunto	silmänpohjakuvaus
paino, liikunta, elintavat	hampaat	EKG ja fyysisen suorituskvyn muutokset
pistospaikat	verenpaineen mittaus ja sykkeen tunnustelu	 Käypä hoito
jalkojen tutkiminen	PVK K ja Na (RR-lääke) ajoterveys	

Oireiden seuranta

- mahdolliset ketoasidoosit
- hypoglykemiat ja siitä johtuvat oireet
- tavoitteena oireettomuus ja hyvä elämä

Verensokerin seuranta

- verensokerin seurannan tarve ja tiheys riippuvat:
 - diabetestyyppistä (DM1, DM2)
 - hoitomuodosta (insuliini, tabletti)
 - hoidon tavoitteista
 - sokeritasapainosta



Verensokerin seuranta

Tyyppi 1:

- mittaus yleensä aamulla ja ennen aterioita sekä tarvittaessa nukkumaan mennessä



Verensokerin tehoseuranta

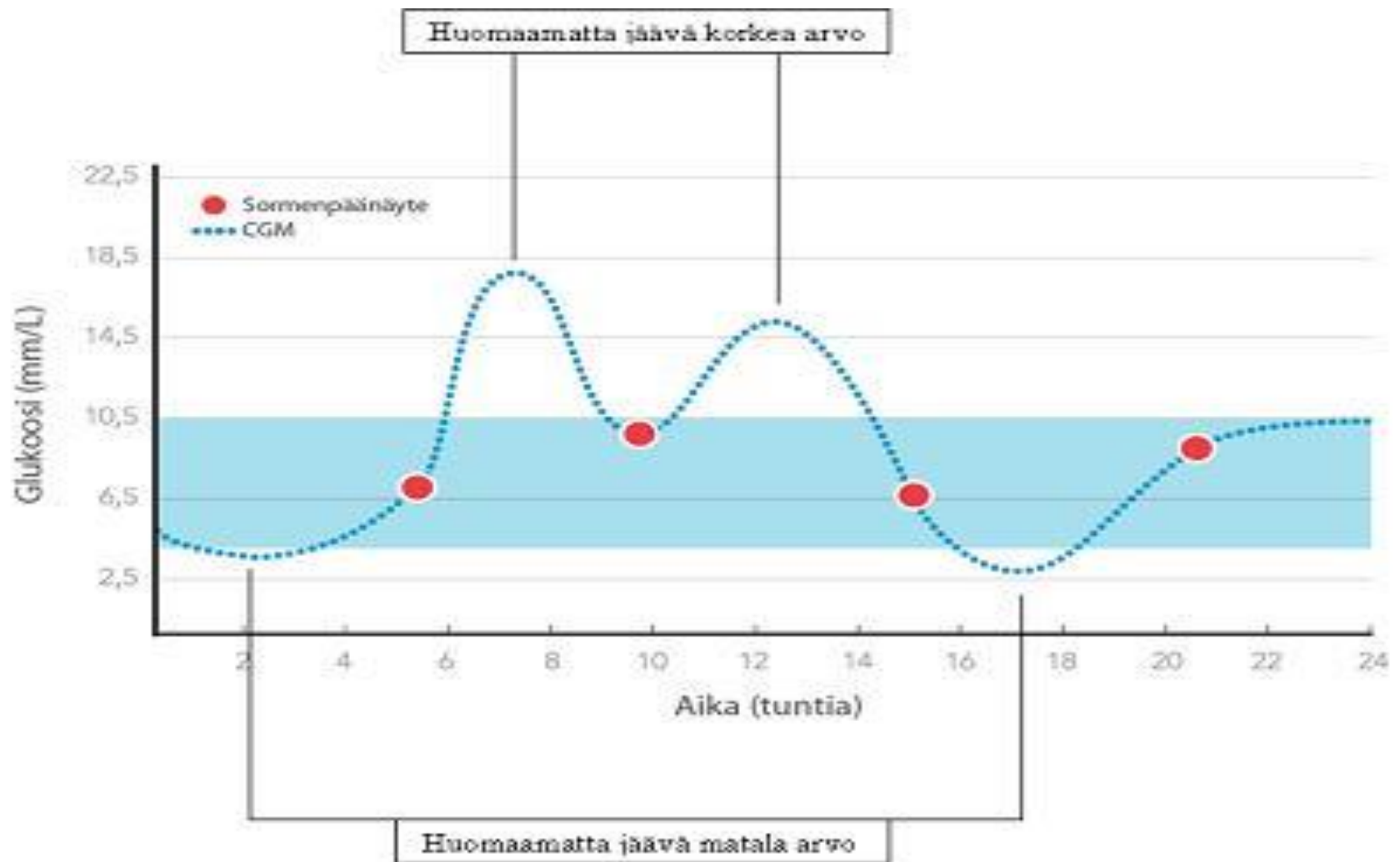
- insuliinihoidon aloituksen, insuliinin vaihdon yhteydessä:
 - aamuisin ennen aamupalaa
 - iltaisin nukkumaan mennessä
 - muutamana yönä noin neljä tuntia ennen aamuherätystä
 - ennen aterioita ja noin kaksi tuntia aterian jälkeen

Jatkuva verensokerimittaus

- kun on tarve seurata verensukeria tiheästi
- seurannan aiheita:
 - selittämättömät aamuverensokeriarvot
 - oireettomien hypojen toteaminen
 - huono sokeritasapaino



Jatkuva verensokerimittaus



Ketoaineiden seuranta

- kun verensokeri toistuvasti **yli 15 mmol/l**, eikä laske normaalilla lisäinsuliinilla
- jos yleistila on heikko, jo verensokeritasolla 12 mmol/l on syytä seurata tilannetta
- tilanne varmistetaan **mittaamalla ketoaineet**

Painon seuranta

- T2DM: 5 – 10% laihduttaminen auttaa sokeritasapainon korjaamiseen varhaisessa vaiheessa
- samalla parannusta veren rasva-arvoihin ja verenpaineeseen



Jalkojen ja suun seuranta

- jalkojen säännöllinen tarkistaminen ja hoito
- suun hygieniasta huolehtiminen



Insuliinin pistospaikkojen seuranta

- pistosalueita tulisi käyttää laajasti, jotta pistospaikat pysyvät hyvässä kunnossa
- tarkkailtava kovettumia ja turvotuksia
 - hidastavat insuliinin imeytymistä

Verenpaineen seuranta

- diabeetikoilta verenpainetta seurataan vähintään vuosittain tai tarvittaessa useammin

