

Funktionsbeskrivning prediabetes

Syfte

Säkerställa att patienter med prediabetes erbjuds åtgärder och uppföljning gällande blodsockret för att skjuta upp diabetesdebut och därmed förhindra/skjuta upp eventuella framtida komplikationer.

Diagnostik

- fp-glukos 6,1-6,9mmol/l
- HbA1c 42-47
- P-glukos kapillärt 8,9-12,1 mmol/L eller venöst 7,8-11,0mmol/l 2 timmar efter oral glukostoleranstest
- Vid slumpvis p-glukos venöst 7,8-11,0mmol/l eller kapillärt 8,9-12,1 mmol/l tas fp-glukos och HbA1c innan diagnos ställs

Precis som vid diagnos på diabetes krävs två värden av samma typ för att ställa diagnos på prediabetes

Genomförande

Det finns stort värde i att tidigt vara aktiv med levnadsvaneförändringar hos patienter med prediabetes. Vid första kontrollen hos diabetessjuksköterska läggs därför stor vikt vid att informera om diabetessjukdomen och mål med levnadsvanerekommendationerna samt svara på patientens funderingar och frågor. Samtal om egenvård samt riskfaktorer. Alla prover i diabetesmallen tas om de inte redan är tagna samt fp-glukos. Uppföljningsbesök bokas och anpassade till individuella önskemål och behov.

Kontroller av blodsockret görs med 1-2 års intervall till läkare eller diabetessjuksköterska. Om patientens värden går över gränsen för diabetes sker uppföljning och diagnos enligt rutin för diabetes.

Provtagning ca 1 vecka innan besöket som utgör underlaget för diskussionen under besöket. Fasteblodsocker och HbA1c tas vid varje tillfälle för att säkerställa att patienten inte kommit över gränsen för diabetes. Följande prover kan övervägas om de inte är tagna senaste året; kalium och kreatinin om patienten står på blodtrycksbehandling; lipidstatus om patienten står på statiner, TSH och T4 om patienten står på Levaxin.

Vid prediabetes skriver man i anteckningsmall NDR men välj "Inte aktuellt" i listboxen angående NDR.

Vilka åtgärder som ingår framgår av sidan 2-3.

Provtagning	Intervall
fP-glukos	Vid varje kontroll
HbA1c	Vid varje kontroll

Provtagning som kan övervägas	Intervall
Hb	Om lågt vid förra kontrollen
Kreatinin/GFR	Årligen vid blodtrycksbehandling
Kalium	Årligen vid blodtrycksbehandling
ALAT	Årligen vid statinbehandling
Lipidstatus: kolesterol, triglycerider, HDL-kolesterol och LDL-kolesterol	Årligen vid statinbehandling
TSH och T4	Årligen vid levaxinbehandling
Albumin/kreatinin kvot. Morgonurin. Vid positivt prov >3 utföres ytterligare 2 kontroller inom 6-8 månader 2 prov >3 innan diagnos ställs	Vid nyupptäckt prediab samt vb

Undersökning	Mål	Intervall
Blodtryck	<140/85 >65år <130/80 <65år	Vid kontroll
Vikt		Vid kontroll
BMI	18,5-24,9	Vid kontroll

Information/undervisning
Informera om diabetessjukdomen
Individuellt anpassad kostrådgivning med utgångspunkt från hälsostatus, andra sjukdomar, livsstil, kultur och hur personen äter före diabetesdiagnos
Informera om betydelsen av fysisk aktivitet och inverkan på blodsockret samt ge individuellt anpassade råd
Tobakens inverkan på blodsocker, erbjud hjälp med tobaksavvänjning vid behov
Informera om munhälsans betydelse för god blodsockerkontroll och omvänt blodsockrets betydelse för god munhälsa
Psykiskt mående och hur det påverkar blodsockret
Sömn

Sexuell funktion, information kring blodsockrets påverkan för män och kvinnor gällande den sexuella funktionen
--

Övrigt

Remiss till dietist vid behov

Remiss fysisk aktivitet på recept FaR vid behov

Länkar att fördjupa sig i

Medicinska riktlinjer i Kronoberg

[Vårdgivarwebben - Endokrin och diabetes \(regionkronoberg.se\)](https://regionkronoberg.se/vardgivarwebben-endokrin-och-diabetes)

Nationellt kliniskt kunskapsstöd Vårdprogram Levnadsvanor

<https://d2flujgs17escs.cloudfront.net/external/Nationellt-varldprogram-vid-ohalsosamma-levnadsvanor-prevention-och-behandling.pdf>