

Årskontroll ved diabetes



Årskontroll ved diabetes



Husk å bestille legetime for årskontroll

Helsedirektoratet anbefaler en utvidet årskontroll en gang i året for deg som har diabetes. Målet er å forebygge og oppdage tidlig utvikling av senkomplikasjoner. I samråd med legen din bør du også lage en plan for hvor ofte du bør komme til kontroll, mellom årskontrollene. I årskontrollen inngår disse faste undersøkelsene:

Blodprøver: Lipider (LDL, HDL, TG, KOLtotal)
Nyrefunksjonsprøver (eGFR)
Langtidsblodsukker (HbA1c)

Urinprøver: Protein
(albumin-kreatinin ratio, AKR).

Andre undersøkelser:

Blodtrykk
Føtter
Vekt
Øyne (annethvert år)

Tid for neste kontroll: _____

Ditt mål for HbA1c er: _____

Husk å ta med urinprøve på årskontroll!

- Fortrinnsvis morgenurin, dersom det ikke er mulig kan en tilfeldig urinprøve brukes
- Du må ikke ha feber eller urinveisinfeksjon
- Unngå hard fysisk aktivitet siste 3 døgn



Du kan bidra til å forbedre diabetesbehandlingen i Norge ved å melde deg inn i Norsk diabetesregister for voksne:

<http://www.noklus.no/Diabetesregisterforvoksne/Forpersonermeddiabetes.aspx>

Du kan få kvalitetssikret informasjon og hjelp til å mestre din diabetes ved å melde deg inn i Diabetesforbundet: <https://www.diabetes.no/bli-medlem/>

Husk å bestille legetime for årskontroll

Helsedirektoratet anbefaler en utvidet årskontroll en gang i året for deg som har diabetes. Målet er å forebygge og oppdage tidlig utvikling av senkomplikasjoner. I samråd med legen din bør du også lage en plan for hvor ofte du bør komme til kontroll, mellom årskontrollene. I årskontrollen inngår disse faste undersøkelsene:

Blodprøver: Lipider (LDL, HDL, TG, KOLtotal)
Nyrefunksjonsprøver (eGFR)
Langtidsblodsukker (HbA1c)

Urinprøver: Protein
(albumin-kreatinin ratio, AKR).

Andre undersøkelser:

Blodtrykk
Føtter
Vekt
Øyne (annethvert år)

Tid for neste kontroll: _____

Ditt mål for HbA1c er: _____

Husk å ta med urinprøve på årskontroll!

- Fortrinnsvis morgenurin, dersom det ikke er mulig kan en tilfeldig urinprøve brukes
- Du må ikke ha feber eller urinveisinfeksjon
- Unngå hard fysisk aktivitet siste 3 døgn



Du kan bidra til å forbedre diabetesbehandlingen i Norge ved å melde deg inn i Norsk diabetesregister for voksne:

<http://www.noklus.no/Diabetesregisterforvoksne/Forpersonermeddiabetes.aspx>

Du kan få kvalitetssikret informasjon og hjelp til å mestre din diabetes ved å melde deg inn i Diabetesforbundet: <https://www.diabetes.no/bli-medlem/>