



Diabetessjekk

Spørsmål: Jeg har dessverre funnet ut at jeg har diabetes type 2. Det er jeg ganske sikker på at jeg har hatt en god stund. Sjekker ikke fastlegene rutinemessig om pasientene har diabetes?

Svar: Rundt 250.000 personer i Norge har diabetes type 2 (aldersdiabetes), og det anslås at ytterligere 250.000 er i ferd med å utvikle sykdommen. Du har rett i at en del av disse har diabetes eller et forstadium i til dels lang tid før de får stillet diagnosen. For å påvise sykdommen så tidlig som mulig har man utviklet retningslinjer for hvem som bør få sjekket blodsukkeret jevnlig. Følgende faktorer er forbundet med økt sannsynlighet for å ha uoppdaget diabetes type 2:

- Overvekt
- Alder over 50 år
- Foreldre eller søsken med diabetes type 2
- Lite fysisk aktivitet
- Svangerskapsdiabetes tidligere
- Ikke-vestlig bakgrunn (Afrika, Asia)

Hvis man har flere av disse risikofaktorene, kan det tilsi at man bør få målt blodsukkeret sitt jevnlig. På nettsiden diabetesrisiko.no kan man selv sjekke sannsynligheten for at man er i faresonen.

Måling av blodsukkeret er også aktuelt hvis man har en sykdom som ofte forekommer samtidig med diabetes. Eksempler er:

- PCOS (= polycystisk ovarialsyndrom)
- Høyt blodtrykk
- Hjertesykdom
- Bruk av kortison

Å stille diagnosen diabetes er blitt enklere med en målemetode (HbA1c) som estimerer gjennomsnittlig blodsukkernivå de siste to - tre måneder. HbA1c forutsetter ikke at pasienten er fastende ved prøvetaking, og det spiller ingen rolle når på døgnet prøven tas.