

## Information inför årskontroll diabetes

### Innan besöket

Provtagning ska göras minst en vecka innan läkarbesöket.

Vi har drop in mån-fre mellan 09.00 - 11.00.

Ta med dig ett morgonurinprov när du kommer för provtagning!

Ta gärna ett blodtryck innan du kommer till läkarbesöket. Gå förbi vår blodtryckshörna om du inte har egen blodtrycksapparat.

### Genomgång av prover

Vid ditt nästa läkarbesök kommer du tillsammans med din läkare att gå igenom dina prover. Långtidsblodsocker (även kallat HbA1c) mäter hur blodsockret har varit senaste 2–3 månaderna. Din läkare gör en individuell bedömning vilket värde som är optimalt för dig. För att hitta en så bra behandling som möjligt är det även viktigt att se hur blodsockret varierar över dygnet. Värdet på HbA1c kan inte svara på den frågan och det är därför det är värdefullt med egen provtagning över tid.

### Egenmätning av blodsocker

Om du har tillgång till en blodsockermätare skulle vi vilja att du mäter blodsockret under minst två olika dygn. Din distriktssköterska kan hjälpa dig med en blodsockermätare om du regelbundet använder insulin eller tabletter av typen sulfonureider.

Första mätningen gör du direkt på morgonen innan du ätit frukost.

Mät sedan en timme före lunch och en timme efter. Gör samma sak före middag och en timme efteråt. Sista mätningen gör du på kvällen innan du går och lägger dig. Varje dygn blir det alltså sex mätningar.

Fråga gärna din diabetessköterska om du har några frågor!

	Dygn 1	Dygn 2
Fastande värde, på morgonen	_____	_____
En timme före lunch	_____	_____
En timme efter lunch	_____	_____
En timme före middag	_____	_____
En timme efter middag	_____	_____
Innan sänggående	_____	_____