

Diabetes - Informasjon om senkomplikasjoner, BUA SSA

Side 1 av 1

Dokument ID:
1.3.3.4.1-30Godkjent dato:
02.06.2025Gyldig til:
02.06.2028Revisjon:
2.00

Fagspesifikke prosedyrer/Barn og unge/Endokrinologi med diabetes/DIA - Behandlingslinje Nyoppdaget diabetes

Etter flere år med diabetes mellitus type 1 kan mange pasienter få komplikasjoner til sykdommen. Det er mye vi ikke vet om hvorfor disse komplikasjonene oppstår, men vi vet at høy HbA1c og lang varighet av sykdommen øker risikoen for komplikasjoner. Studier viser at god blodsukkerkontroll i barne- og ungdomsårene kan utsette og forebygge utviklingen av senkomplikasjoner. Altså er god blodsukkerkontroll det beste virkemiddelet for å minimere risikoen for senkomplikasjoner! Den viktigste forebyggende enkeltfaktoren er å holde HbA1c-verdien på 53 eller lavere uten at dette gir alvorlige hypoglykemier.

Andre viktige tiltak for å forebygge senkomplikasjoner:

- Regelmessig **fysisk aktivitet** (se eget dokument)
- Sunt og variert **kosthold** (se eget dokument)
- Ikke røyke!
- Etterstrebe normalt blodtrykk og normale nivåer av kolesterol og triglycider i blodet

På årskontrollene på poliklinikken undersøkes urin, blodtrykk, kolesterol og nervesystemet nettopp for å fange opp risikofaktorer for og tidlige tegn til senkomplikasjoner.

Store blodårer

Hos pasienter med diabetes type 1 vil høyt blodsukker over tid bidra til en større risiko for utvikling av atherosklerose. Atherosklerose kalles også «åreforkalkning», og gir økt risiko for hjerte- og karsykdom, sånn som for eksempel hjerteinfarkt og hjerneslag. Røyking, høyt kolesterol og høyt blodtrykk vil øke denne risikoen ytterligere, så derfor er det særlig viktig at du som har diabetes type 1 forsøker å minimere disse risikofaktorene!

Små blodårer

Høyt blodsukker over tid vil skade små blodårer. Dette gir særlig senkomplikasjoner i nyrer, øyne og nerver.

Diabetes nefropati

Høyt blodsukker over tid vil skade de små karnøstene i nyrene. Dette kan i verste fall føre til nyresvikt. Første tegn på at nyrene har tatt skade, vil være utskillelse av større mengder albumin i urinen enn vanlig. Albumin er et protein. Derfor tester man urinen på årskontrollen.

Diabetes retinopati

Høyt blodsukker over tid kan gi forandringer i netthinnen i øyet. Dette kan gi nedsatt syn. Alle som får diabetes blir henvist til øyelege etter ca. tre år for undersøkelse av netthinnen. Det er viktig å fange opp små forandringer tidlig. Laserbehandling kan være aktuelt. Blindhet på grunn av diabetes mellitus type 1 har nå blitt svært sjelden på grunn av god oppfølging og gode behandlingsmuligheter.

Diabetes nevropati

Høyt blodsukker over tid skader de små blodårene som leverer oksygen til nervene våre. Dette fører til skade på nervefibrene slik at nerveimpulser ledes dårligere. Nedsatt følsomhet for smerte og prikkende/stikkende fornemmelser i beina er vanligste symptom.

Tenner

Alle med diabetes mellitus type 1 har økt risiko for karies og betennelse i tannkjøttet. Gi beskjed til tannlegen din om at du har diabetes type 1!

Utarbeidet av: Prosjektgruppe ved Unni Mette Köpp	Fagansvarlig: Natasa Putarek	Godkjent av: Elin Josephsen	
---	--	---------------------------------------	--