

TAL OM TAL₂LENE



**Kender du
behandlingsmålene
for din type
2-diabetes?**

Kender du dine behandlingsmål?

Mange personer med type 2-diabetes ved ikke, hvad deres behandlingsmål er for deres langtidsblodsukker, blodtryk, LDL-kolesterol og vægt.

Det er ellers 4 vigtige tal, der er afgørende for din diabeteskontrol, selv når du ikke mærker symptomer og måske ikke føler dig syg.



44%

med type 2-diabetes har ikke eller ved ikke, om de har et behandlingsmål for deres langtidsblodsukker (HbA_{1c}).



77%

med type 2-diabetes har ikke eller ved ikke, om de har et behandlingsmål for deres vægt.



56%

med type 2-diabetes har ikke eller ved ikke, om de har et behandlingsmål for deres LDL-kolesterol (det 'lede' kolesterol).



44%

med type 2-diabetes har ikke eller ved ikke, om de har et behandlingsmål for deres blodtryk.

Tal om tallene med din læge

Hvis du kender dine behandlingsmål og arbejder på at nå dem, kan du leve et godt liv med type 2-diabetes og mindske din risiko for alvorlige komplikationer pga. din diabetes både nu og på længere sigt. For det er dine tal, der hjælper med at holde styr på alt det, der virkelig tæller i livet.

Så tal med din behandler om tallene - det er vigtigt.

Få overblik over dine tal med en forløbsplan

Kun 3 ud af 10 personer med type 2-diabetes har en digital forløbsplan, selvom alle faktisk har ret til en. Har du ikke allerede en digital forløbsplan, kan det være en god idé at bede din behandler oprette en til dig.

Forløbsplanen er din personlige, digitale oversigt, der sikrer, at din behandling tager udgangspunkt i dine ønsker. Den giver både dig og din behandler et godt overblik over dine vigtigste tal, dine mål for din behandling og de aftaler, I har lavet. Forløbsplanen giver dig også overblik over, hvornår du sidst har fået tjekket dine tal.

4 vigtige tal

Langtidsblodsukker

For mange vil målet være at have et langtidsblodsukker (HbA_{1c}) under 48 mmol/mol. Afhængig af din behandling og dit sygdomsbillede kan din behandler i visse tilfælde fastsætte et højere behandlingsmål.

Blodtryk

For de fleste med type 2-diabetes vil målet være et blodtryk på maks. 130/80 mmHg.

LDL-kolesterol

Det dårlige eller lede kolesterol (LDL) øger risikoen for hjertekarsygdom. For de fleste er målet at ligge under 2,6 mmol/l. Hvis du har hjertekarsygdom, skal dit mål for LDL-kolesterol være lavere end det. Det vil din behandler vejlede dig om.

Vægt

Har du type 2-diabetes og er svært overvægtig, kan et vægttab bl.a. hjælpe dig til en bedre livskvalitet og til at forbedre dine tal. Hvis du når dit behandlingsmål og taber dig, minimerer du også risikoen for senfølger.

Husk!

Alle mål er individuelle

TAL OM TAL₂LENE

Mine mål

Langtidsblodsukker (HbA_{1c})

Tal: mmol/mol

Blodtryk

Tal: mmHg

Kolesterol, LDL

Tal: mmol/l

Vægt

Tal: kg

Mine tal

Langtidsblodsukker (HbA_{1c})

Dato:

Tal: mmol/mol mmol/mol mmol/mol

Blodtryk

Dato:

Tal: mmHg mmHg mmHg

Kolesterol, LDL

Dato:

Tal: mmol/l mmol/l mmol/l

Vægt

Dato:

Tal: kg kg kg

Emner jeg gerne vil tale om

- Hvordan jeg går og har det
- Hvordan det går med at tage medicin
- Hvordan det går med mit blodsukker
- Motion
- Kost

DK24DI00009 - 8. april 2024

Novo Nordisk Denmark A/S

Kay Fiskers Plads 10, 7 - 2300 København S

www.novonordisk.dk · Kundeservice tlf.: 80 200 240

