

## Zucker (Glucose):

Nüchtern-glucose bei Gesunden : 55 – 100 mg / dl

Gute Einstellung des Diabetes bei Kapillarblut – Messungen :

	Nüchtern	Postprandial
Diät und/oder orale Antidiabetika	Unter 120 mg/dl	Unter 160 mg/dl
Insulin (Erwachsene)	Unter 140 mg/dl	Unter 180 mg/dl
Insulin (Kinder)	Unter 160 mg/dl	Unter 200 mg/dl

Interpretation :

Der Nüchternblutzucker allein ist wenig aussagekräftig. Liegt der Nüchternblutzucker unter 120 mg/dl und der Wert nach dem Frühstück über 140 mg/dl , so sollte ein Glucose-Toleranztest durchgeführt werden. Passagere Hyperglykämien können auftreten nach Herzinfarkt, Schlaganfall, bei erhöhtem Hirndruck, nach Gabe von Thiazid- Diuretika.

## HbA1c:

HbA1c = glykiertes Hämoglobin

Die Bestimmung des glykierten Hämoglobulins (HbA1c) erlaubt eine Beurteilung, inwieweit es dem Diabetiker über einen Zeitraum von etwa 2 Monaten gelungen ist, seine Stoffwechselstörung diätetisch und/oder therapeutisch zu beherrschen.

HbA1c	Bewertung
ca. 3-6 %	Normbereich für Nichtdiabetiker. Für Diabetiker ausserordentlich gute Einstellung. In der Schwangerschaft notwendig. Achtung bei Werten im Normalbereich: Sie sind eventuell zu "scharf" eingestellt! Unterzuckerungsgefahr!
bis ca. 7,5 %	sehr gute Einstellung
ca. 7,5 - 8,5 %	gute bis befriedigende Einstellung
über ca. 8,5 %	unbefriedigende Einstellung

Tab. 1: Bewertung des HbA1c

Tab. 2 erlaubt Ihnen grob abzuschätzen, wie hoch der HbA1c-Wert wahrscheinlich ausfallen wird, wenn die Blutzuckerwerte durchschnittlich in einer bestimmten Höhe liegen.

Jeder Mensch mit Diabetes muss für sich entscheiden, welche HbA1c-Werte er anstrebt. Er wird dabei die Risiken berücksichtigen, die er vermeiden will (z. B. Folgeerkrankungen, Unterzuckerungen), aber auch die Lebensqualität, die er bei diesem Ziel erreichen kann. Es gibt Situationen, in den sehr niedrige HbA1c-Werte nicht wünschens- und empfehlenswert sind.

Blutzuckerwert		HbA1c %	Blutzuckerwert		HbA1c %
(mg/dl)	(mmol/l)		(mg/dl)	(mmol/l)	
50	2,8	4,1	200	11,0	8,6
80	4,4	5,0	230	12,7	9,5
110	6,1	5,9	260	14,3	10,4
140	7,7	6,8	290	16,0	11,3
70	9,4	7,7	320	17,6	12,2

Die Schätzungen ergeben sich nach der Formel:  

$$\text{HbA1c} = (\text{mittlerer Blutzucker in mg/dl} + 86) : 33,3$$
 (nach Henrichs 1990)

Tab. 2 : durchschnittliche Blutzuckerwerte und geschätzte HbA1c-Werte

Die Einbeziehung von HbA1c-Zielwerten in die Therapie ist ein wichtiger Faktor für die Motivation und Schulung des Patienten.