

10 Tipps für die Diabetes-Beratung bei Nephropathien



1. Auf eine gute glykämische Kontrolle achten: Der Langzeitblutzuckerwert HbA1C sollte zwischen 6,5 und 7,5 Prozent liegen.
2. Den Blutdruck kontrollieren: Zielwert ist 130 zu 80 mmHg.
3. Auf eine regelmäßige Wahrnehmung von Kontrollterminen achten.
4. Sind alle Diagnosewerte für die Beurteilung der Niere regelmäßig erhoben worden (insbesondere ACR im Urin, Kreatinin im Blut und glomeruläre Filtrationsrate)?
5. Sind die Blutfettwerte in der Norm?
6. Regelmäßige Bewegung empfehlen, etwa 150 Minuten pro Woche.
7. Auf die Vermeidung von Übergewicht hinweisen.
8. Den Verzicht auf Zigaretten und anderer Rauchwaren nahelegen.
9. Die Niere als komplexes und wichtiges Organ immer wieder ansprechen.
10. Individuell nach den Bedürfnissen und Fähigkeiten der Patienten beraten!

Bildhinweis: © Racle Fotodesign – Fotolia.com