
DIYABET TEDAVİSİNDE İDEAL HEDEFLER

1- Diyabet tedavisinde ideal hedefler ne olmalıdır?

Diyabet tedavisinin amacı, mikro ve makrovasküler komplikasyonların önlenmesi, geciktirilmesi veya tedavisi sonucunda hastanın yaşam kalitesini arttırmak ve yaşam süresini uzatmaktır. Amaca yönelik tedavi hedefleri:

* Şişman kişilerde vücut ağırlığının azaltılması, insülin direncini azaltmakta, glisemi kontrolünü kolaylaştırmakta, kan basıncı ve plazma lipid düzeyleri üzerinde olumlu etkiler sağlamaktadır. Bu nedenle beden kitle indeksinin kadınlarda 26 kg/m², erkeklerde 27 kg/m²'nin altında olması hedeflenir.

* Açlık glisemisinin 140 mg/dl'nin altında olması, postprandial gliseminin ise 180 mg/dl'nin altında olması hedeflenir. Diyabette üç aylık bir süre içindeki kan şekeri kontrolünün göstergesi olarak kabul edilen HbA_{1c} düzeyi ise %7-9 arasında olmalıdır.

* LDL-kolesterol düzeyinin 130 mg/dl, trigliserid düzeyinin 200 mg/dl'nin altında olması, HDL-kolesterol düzeyinin ise erkeklerde 35 mg/dl'nin, kadınlarda 45 mg/dl'nin üstünde olması, ayrıca kan basıncının 130/85 mm Hg veya altında olması sağlıklı bir yaşam sürdürülebilmesi için arzu edilen ideal düzeylerdir.