

Diabetiker-Treff

Typ 1 und 2

Rheinberg und Umgebung

INFO 18a

Im Januar 2007

Friedhelm Woch, Tel.: 02843/60766

Wichtige Werte für Menschen mit Diabetes.

- **Blutzucker (Kapillarblut, z.B. aus Fingerbeere)**

nüchtern:

- gut: 80-110 mg/dl
- grenzwertig: bis 140 mg/dl
- schlecht: über 140 mg/dl

nach dem Essen (1 bis 2 Stunden):

- gut: bis 140 mg/dl
- grenzwertig: bis 180 mg/dl
- schlecht: über 180 mg/dl

- **HbA 1c (Langzeitblutzuckerwert)**

- gut: unter 6,5 Prozent
- grenzwertig: bis 7,5 Prozent
- schlecht: ab 7,6 Prozent

Hinweis: Der Normalwert kann je nach Labormethode schwanken. Ihr Wert sollte nur bis ca. ein Prozent über dem Normalbereich des von Ihrem Arzt beauftragten Labors liegen.

- **Blutfette**

LDL-Cholesterin („schlechtes“ Cholesterin)

- gut: unter 100 mg/dl

HDL-Cholesterin („gutes“ Cholesterin)

- gut: über 35 mg/dl

Bestehen schon Gefäßerkrankungen, sollte das HDL-Cholesterin über 40 mg/dl liegen.

- **Triglyzeride**

- normal: unter 150 mg/dl

- **Blutdruck**

- gut: unter 130/80 mmHg
- bei Nierenschäden: unter 120/80 mmHg

Hinweis: Alle Angaben sind Richtwerte. Im Einzelfall können mit dem Arzt abweichende Zielwerte vereinbart werden.



DEUTSCHER DIABETIKER BUND