



Diabetikergesprächskreis Bielefeld e.V.

Therapieziele bei Diabetikern

Der gutinformierte Diabetiker sollte Wissen, welche Bedeutung diese Werte haben, und welche in der Behandlung angestrebt werden

Blutzucker

nüchtern		<100 mg/dl (5,5mmol/l)
nach dem Essen	(2h)	<140 mg/dl (7,7mmol/l)
Langzeitblutzuckerwert	HbA1c	<7% (53 mmol/mol)

Körpergewicht / Bauchumfang

	BMI	Frauen	Männer
Body Mass Index	BMI	19 - 24	20 - 25
Bauchumfang		< 88 cm	< 102 cm

Blutfette / Triglyceride

< 150 mg/dl

Cholesterin

		Frauen	Männer
	HDL-Cholesterin	> 45mg/dl	> 35mg/dl
	LDL-Cholesterin	<100mg/dl	<100mg/dl
Herzkranke Diabetiker	LDL-Cholesterin	< 70mg/dl	< 70mg/dl

Blutdruck

systolisch / diastolisch	140 / 85	mmHg
systolisch / diastolisch	130 / 85	mmHg

Wenn sie unsicher sind, ob diese Werte auch für Sie Gültigkeit haben, sprechen Sie mit Ihrem Arzt