

mit Diabetes sollte demzufolge den ihm möglichen, niedrigsten, normnahen HbA<sub>1c</sub>-Wert dauerhaft erreichen. Schwere Hypoglykämien sollen bei einem niedrigen HbA<sub>1c</sub>-Wert jedoch

zial und individuell metabolisch möglich ist. Bei Patienten mit einem hohen HbA<sub>1c</sub>-Wert kann eine stufenweise Verbesserung angestrebt werden.

## Blutzuckerzielbereiche

Folgende Orientierungswerte für die Blutzuckereinstellung werden empfohlen:

**Tabelle 1: Empfohlene Orientierungswerte zur Blutglukosekontrolle** (nach [Rewers et al. 2007 EK IV])

BZ-Kontrolle – Klinisch-chemische Bewertung <sup>1</sup>	Stoffwechsel gesund	Gut	Mäßig (Maßnahmen empfohlen)	Schlecht (Maßnahmen erforderlich)
<b>Präprandiale oder nüchtern BG (mmol/l mg/dl)</b>	3,6–5,6 65–100	5–8 <sup>2</sup> 90–145	>8 >145	>9 >162
<b>Postprandiale BG</b>	4,5–7,0 80–126	5–10 90–180	10–14 180–250	>14 >250
<b>Nächtliche BG <sup>3</sup></b>	3,6–5,6 65–100	4,5–9 80–162	<4,2 oder >9 <75 oder >162	<4,0 oder >11 <70 oder >200
<b>HbA<sub>1c</sub>-Wert</b> (standardisierte Mes- sung nach Vorgaben des DCC-Trials)	<6,05	<7,5	7,5–9,0	>9,0

1 Diese allgemeinen Orientierungswerte müssen den individuellen Umständen eines Patienten angepasst werden. Abweichende Werte gelten insbesondere für Kleinkinder, Patienten mit schweren Hypoglykämien oder Patienten, die nicht in der Lage sind, Hypoglykämien zu erkennen [Cranston et al. 1994 EK III].  
2 Ist die morgendliche Nüchtern-Blutglukose unter 72 mg/dl (unter 4 mmol/l), sollte die Möglichkeit einer vorangegangenen nächtlichen Hypoglykämie in Erwägung gezogen werden [Holl et al. 1992 EK III].  
3 Diese Zahlen basieren auf klinischen Studien, es liegen aber keine strikten, evidenzbasierten Empfehlungen vor.

## Stoffwechselfbstkontrolle

Die durchschnittliche Frequenz der Blutzuckerkontrolle sollte zwischen 5–8mal täglich betragen, kann aber im Einzelfall deutlich höher liegen.

Blutzuckermessungen sollen in folgenden Situationen durchgeführt werden:

- präprandial immer und postprandial zur Therapieanpassung,
- vor, evtl. während und nach intensiver körperlicher Bewegung zur Vermeidung von Hypoglykämien,
- nach einer Hypoglykämie,