TIEDOTE 3.6.2003

Aterianjälkeiset glukoosihuiput ovat vaarallisia

Johtavat diabetesasiantuntijat ovat ruvenneet yhä enemmän korostamaan aterianjälkeisen korkean verensokerin merkitystä diabeteksen varhaisessa toteamisessa. Alkavassa tyypin 2 diabeteksessa verensokeriarvot voivat olla aterian jälkeen hyvinkin korkeita, ja korkeisiin glukoositasoihin liittyy aina monien komplikaatioiden vaara. Tyypin 2 diabeetikoita ajatellen kehitetyt aterian yhteydessä otettavat ateriatabletit korjaavat aterian jälkeistä korkeaa verensokerin tasoa eli hyperglykemiaa. Ateriatabletit ovat olleet SV-peruskorvattavat viime syksystä lähtien.

Vallitseva diabeteksen hoitosuositus neuvoo seuraamaan veren pitkäaikaissokerin (HbA1c) arvoa, joka mittaa hemoglobiiniin sitoutuneen sokerin keskitasoa muutaman viime kuukauden ajalta. Toinen säännöllisesti seurattava asia on verensokerin paastoarvo. Aterianjälkeisiin glukoosihuippuihin ei ole menneinä vuosina kiinnitetty paljonkaan huomiota.

– Kliinisessä hoidossa on jo aikaisemmin ollut tunnettua, että glukoosivaihtelut aiheuttavat oireita ja ongelmia tyypin 1 eli nuoruustyypin diabeetikoilla. Tyypin 2 eli aikuistyypin diabeteksessa tilanne on siinä mielessä vaarallisempi, että huomattavat glukoosivaihtelut ovat oireettomia. Niitä esiintyy jo ennen diabeteksen puhkeamista pitkään, jopa toistakymmentä vuotta. Pitäisi päästä ajoissa selvittämään, kenellä on ongelmana aterian jälkeen kohonnut veren sokeripitoisuus. Alkuvaiheessa glukoosihuippuja ja diabeteksen puhkeamista tai pahenemista voidaan vielä ehkäistä tehokkaasti, kertoo akatemiaprofessori **Jaakko Tuomilehto** Kansanterveyslaitoksesta.

– Tällainen ehkäisyvalistus on syytä laajentaa koko väestöön. On esimerkiksi tärkeää valita terveellistä ravintoa, ja on hyvä myös syödä tavallista pienempiä aterioita. Kun syö vähemmän kerrallaan, myös aterianjälkeiset glukoosihuiput ovat lievempiä eikä elimistön tarvitse tuottaa niin paljon insuliinia kuin suuren aterian yhteydessä, Tuomilehto jatkaa.

Jaakko Tuomilehdon mukaan toinen tärkeä ehkäisykeino on liikunta.
– Olisi erittäin tärkeää pitää lihakset kunnossa. Tiedetään, että lihakset käyttävät huomattavan osan glukoosista ja ne pystyvät aktiivikunnossa säätelemään glukoositasoa melko hyvin.

Ateriatabletit auttavat
– Terveellisen ravinnon ja liikunnan yhdistelmällä päästään pitkälle, mutta kun arvot kohoavat liikaa, on turvauduttava lääkkeisiin, Jaakko Tuomilehto toteaa.

Suomessa viranomaiset hyväksyivät viime syksynä peruskorvattaviksi tyypin 2 diabeetikoille sopivat uudet ateriatabletit, jotka vaikuttavat aterian jälkeiseen glukoosiin.

Novo Nordisk Farma Oy:n tuoteryhmäpäällikkö **Isto Pollari** kertoo, että tyypin 2 diabeetikoita ajatellen kehitetyt aterian yhteydessä otettavat ateriatabletit korjaavat aterian jälkeistä korkeaa verensokerin tasoa eli hyperglykemiaa. Ateriatabletit nopeuttavat ja kiihdyttävät insuliinin erittymistä haimasta ja vapautumista verenkiertoon sekä kulkeutumista elimistöön.

– Peruskorvattavuuden puute esti aikaisemmin lähes kokonaan ateriatablettien käytön, mutta viime marraskuussa saatu korvattavuuspäätös on muuttanut tilanteen, Pollari toteaa.

Vaikka varsinaisia oireita ei vielä olisikaan, tulee lääkehoito Jaakko Tuomilehdon mukaan aloittaa, kun ravinto- ja liikuntamuutokset on tehty ja kun glukoosiarvot silti edelleen ylittävät diabetesrajat.
– Varhaisella lääkehoidon aloittamisella saattaa olla suuri merkitys sille, miten kauan diabeetikot pysyvät terveinä ilman diabetekseen liittyviä vakavia liitännäissairauksia.

LISÄTIETOJA: Professori Jaakko Tuomilehto, Kansanterveyslaitos, p. 040-501 6316.
Tuoteryhmäpäällikkö Isto Pollari, Novo Nordisk Farma Oy, p. (09) 348 2500, IPOL@novonordisk.com

Läh.: AC-tiedotus, Johanna Lindberg-Naulapää, p. (09) 6962 8124, johanna.lindberg-naulapaa@actiedotus.fi