

5. Beräkning av kolhydrater

Instruera diabetespatienter med insulinbehandling att bedöma mängden kolhydrater i sina måltider, mellanmål och drycker, eftersom

- **anvisningar för beräkning av mängden kolhydrater och justering av insulindosen enligt mängden kolhydrater sannolikt förbättrar glukoskontrollvärdet HbA1c . (B)**

Grupphandledning om beräkning av kolhydrater och justering av insulindosen förbättrade diabetespatienternas glukoskontrollvärden. I grupp ett förbättrades HbA1c med 7,1 procent, i grupp två med 6 procent och i grupp tre med 15,7 procent. I grupp fyra, det vill säga kontrollgruppen, försämrades glukoskontrollvärdet med 0,5 procent. Genom intensifierad handledning för kolhydrater (DAFNE) uppnåddes en nästan statistiskt signifikant förbättring av glukoskontrollen (HbA1c 78–66 mmol/mol) $p = 0,07$, konfidensintervall 90 %.

I en kvasiexperimentell undersökning¹ undersöktes hur grupphandledning om beräkning av kolhydrater och egen reglering av insulindoser påverkade glukoskontrollen vid diabetes (HbA1c). Deltagarna var patienter inom primärvården som hade diabetes typ 1 (n = 68, medelålder ca 40 år). Interventionen genomfördes i tre grupper: 1) handledningsgruppen för beräkning av kolhydrater (n = 14) fick en tre timmar lång handledning om beräkning av kolhydrater, som leddes av en näringsterapeut; 2) en grupp (n = 24) deltog i en tre timmar lång handledning i beräkning av kolhydrater som leddes av en näringsterapeut och en tre timmar lång handledning i egen reglering av insulin, som leddes av en diabetesskötare; 3) DAFNE-gruppen (n = 10) fick förutom handledning i beräkning av kolhydrater och/eller egen reglering av måltidsinsulin även delta i handledning enligt ett särskilt DAFNE-program (fem dagars intensifierad handledning om beräkning av kolhydrater och justering av insulindoser); 4) kontrollgruppen (n = 20) fick ingen särskild handledning för beräkning av kolhydrater. Interventionernas effekter bedömdes genom mätningar av glukoskontrollen (HbA1c) 0–3 månader före interventionen och ca 6 månader efter interventionen.

Studiens kvalitet: Hög (JBI 8/9)

Evidensstyrka: 2 c

Relevans för den finländska befolkningen: God

Kommentarer: DAFNE-gruppens HbA1c-värde var i utgångsläget högre än andra grupper, och denna grupp fick mer handledning än övriga grupper.

Källor:

1. Taplin J, Allen N. 2013. Carbohydrate counting and insulin dose adjustment group sessions for type 1 diabetes: a pilot of their effectiveness at a primary care diabetes centre. *Practical Diabetes* 30, 366–368a. doi:[10.1002/pdi.1812](https://doi.org/10.1002/pdi.1812)