

KLINIČNA POT

KLINIČNA POT ZA OSEBE Z ZVIŠANIM KRVNIM SLADKORJEM, KI NE DOSEGAJO KRITERIJEV ZA DIAGNOZO SB2

Izdelal: Jernej Gregurić, dipl. zn.

Odobril: Goran Šiljeg, dr. med. spec. druž. med.,

Potrdil objavo: Andreja Rebersak, dipl. m. s.

Datum: 17.02.2026

Oznaka dokumenta: KP CKZ - 06

Verzija: 1



KLINIČNA POT ZA OSEBE Z ZVIŠANIM KRVNIM SLADKORJEM, KI NE DOSEGAJO KRITERIJEV ZA DIAGNOZO SB2	3
1. Namen	3
2. Opredelitev ciljne skupine	3
3. Napotitev in začetna obravnava	3
4. Nadaljnje individualne obravnave	3
5. Priporočene skupinske obravnave	4
6. Cilji klinične poti	4
Viri	4



KLINIČNA POT ZA OSEBE Z ZVIŠANIM KRVNIM SLADKORJEM, KI NE DOSEGAJO KRITERIJEV ZA DIAGNOZO SB2

1. Namen

Klinična pot je namenjena zgodnjemu prepoznavanju in obravnavi oseb z motnjami presnove glukoze (prediabetes), z namenom preprečevanja ali odložitve razvoja sladkorne bolezni tipa 2 (SB2) ter zmanjševanja srčno-žilnega tveganja.

2. Opredelitev ciljne skupine

V klinično pot se vključujejo osebe z:

- **mejno bazalno glikemijo** (6,1–6,9 mmol/l na tešče) [2],
- **moteno toleranco za glukozo** (7,8–11,0 mmol/l 120 minut po OGTT) [2],

ki še ne izpolnjujejo diagnostičnih meril za SB2 [1].

3. Napotitev in začetna obravnava

Osebe z navedenimi vrednostmi so napotene v Center za krepitev zdravja ZD Šentjur (CKZ), kjer se vključi strukturiran preventivni program skladno z nacionalnimi usmeritvami.

Začetna obravnava vključuje:

- individualni posvet pri edukatorju za SB2 (Jernej Gregurič),
- vključitev v delavnico *Zvišan krvni sladkor*.

Na individualnem posvetu se opravi:

- ocena dejavnikov tveganja,
- ocena prehranskih in gibalnih navad,
- motivacijski pogovor,
- določitev individualnih ciljev spremembe življenjskega sloga.

Sprememba življenjskega sloga (prehrana, telesna aktivnost, obvladovanje stresa) predstavlja temeljni ukrep preprečevanja SB2.

4. Nadaljnje individualne obravnave

Glede na strokovno presojo in potrebe posameznika se priporočajo dodatne obravnave:

- **Individualni posvet pri psihologu** – psihološka podpora, krepitev motivacije, obvladovanje stresa.
- **Individualni posvet pri fizioterapevtu/kineziologu** – priprava individualnega programa telesne aktivnosti.
- **Individualni posvet pri dietetiku** – individualizirano prehransko svetovanje.

Multidisciplinarni pristop dokazano izboljšuje uspešnost preventivnih intervencij.



5. Priporočene skupinske obravnave

Udeležencem se priporoča vključitev v naslednje programe CKZ:

- *Ali sem fit 1*
- *Zdravo jem*
- *Tehnike sproščanja*

Skupinski programi podpirajo trajnostne spremembe vedenja in zmanjšujejo tveganje za napredovanje v SB2.

6. Cilji klinične poti

- preprečevanje ali odložitev razvoja SB2,
- izboljšanje glikemičnih vrednosti,
- zmanjšanje srčno-žilnega tveganja,
- dolgoročna sprememba življenjskega sloga,
- krepitev zdravstvene pismenosti posameznika.

Viri

1. American Diabetes Association. Standards of Care in Diabetes—2024. *Diabetes Care*. 2024;47(Suppl 1).
2. World Health Organization. Definition and diagnosis of diabetes mellitus and intermediate hyperglycaemia: report of a WHO/IDF consultation. Geneva: WHO; 2006.
3. International Diabetes Federation. *IDF Diabetes Atlas*. 10th ed. Brussels: IDF; 2021.
4. Nacionalni inštitut za javno zdravje. Smernice in strokovna priporočila za preprečevanje kroničnih nenalezljivih bolezni. Ljubljana: NIJZ.
5. Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije. Usmeritve za izvajanje preventivnih programov v Centrih za krepitev zdravja. Ljubljana: ZZZS.



KLINIČNA POT ZA OSEBE S POTRJENO SLADKORNO BOLEZNIJO TIPA 2

Pogoj za vključitev v delavnico Sladkorna bolezen tip 2 in S sladkorno boleznijo skozi življenje:

- Potrjena sladkorna bolezen, oseba je na nefarmakološki obliki zdravljenja
- Potrjena sladkorna bolezen, oseba je na per os terapiji

Potrjena sladkorna bolezen tip 2:

- | | | | |
|------------------|---|-----------------------------------|------------------|
| - SIMPTOMI | + | GLUKOZA > 11,1 mmol/l (kadarkoli) | } 1 TEST |
| - BREZ SIMPTOMOV | | GLUKOZA > 7,0 mmol/l (na tešče) | |
| | | GLUKOZA > 11,1 mmol/l 2h po OGTT | } 2 TESTA |
| | | HbA1c > 6,5 % | |

Napotitev v CKZ ZD Šentjur

Individualni posvet pri
edukatorju za SB2
(Jernej Gregurič)

Vključitev v temeljno
delavnico Sladkorna
bolezen tip 2 (1 srečanje)

Priporočene dodatne
individualne obravnave:

- Individualni posvet pri psihologu (psihološka podpora)
- Individualni posveti pri fizioterapevtu/kineziologu (spreminjanje gibalnih navad)
- Individualni posveti pri dietetiku (spreminjanje prehranjevalnih navad)

Vključitev v poglobljeno delavnico S
sladkorno boleznijo skozi življenje
(5 srečanj)

Priporočene dodatne skupinske
obrnave:

- Ali sem fit 1
- Tehnike sproščanja
- Zvišan krvni tlak
- Zvišane maščobe v krvi