

Fremtidens Diabetesforening – med teknologi, forskning og forebyggelse i centrum

Af: Lisa Heidi Witt, klinisk diætist, rådgivningskonsulent, Diabetesforeningen, Cecilie Sandvad, cand.scient i klinisk ernæring, rådgivningskonsulent, Diabetesforeningen

Kontakt: lw@diabetes.dk, csa@diabetes.dk

Diabetesforeningen er en landsdækkende forening for alle, som er berørt af diabetes. Siden stiftelsen i 1940 har foreningen nu rundet 91.000 medlemmer. Diabetesforeningens ernæringsteam har fortsat telefonisk rådgivning af medlemmer som en primær arbejdsopgave. I takt med at ny teknologi er tilgængelig, en ny strategi skal implementeres, og nye medlemmer har andre ønsker til en patientforening end tidligere, bliver vores arbejdsopgaver løbende tilpasset dertil.

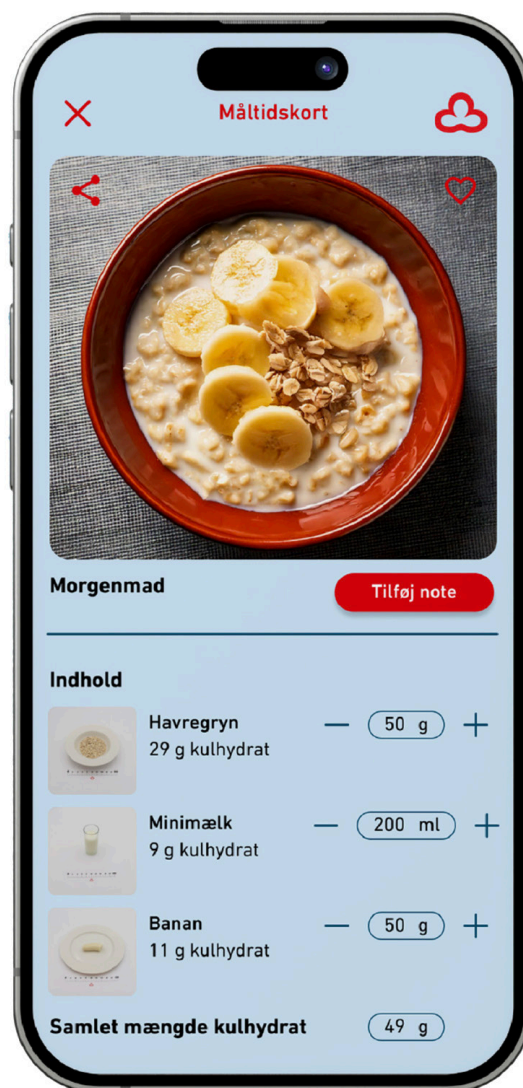
Digitalisering og teknologisk udvikling skaber nye forventninger

Hvor blodsuktermåling og kulhydrattælling tidligere primært var målrettet mennesker med type 1-diabetes, oplever vi en stigende interesse for måling af blodsukker blandt vores medlemmer med type 2-diabetes, især via sensorbaseret glukosemåler. Der er ligeledes et stort ønske om, at periodvis blodsuktermåling bliver en integreret del af diætbehandlingen ved type 2-diabetes.

Med henblik på at undersøge om det er muligt at sænke HbA1c med intensiveret blodsuktermåling koblet med undervisning i blodsukker og ernæring, udviklede Diabetesforeningen i foråret 2025 forskningsprojektet 2Sense.3.0., som er et praktisk blodsukkerkursus for mennesker med type 2-diabetes, der ikke var i insulinbehandling. På de tre kurser, afholdt i hhv. Region Hovedstaden, Nordjylland og Midtjylland, har 150 kursister været gennem et forløb på 14

uger, der startes og afsluttes med to ugers brug af sensorbaseret glukosemåler samt struktureret blodsuktermåling ved fingerprik i mellemprioriteten. Forløbet indeholder i alt fem kursugange, fordelt på tre fysiske og to online, samt en ugentlig mail med tips og tricks om især mad i perioden uden sensor.

Kursisterne testede med stor entusiasme forskellige fødevarer og mængder af kulhydratrige fødevarer i forløbet. De fik indsigt i, hvordan blodsukkeret bliver påvirket, hvilken betydning måltidets sammensætning af makronæringsstoffer har, og ikke mindst hvordan fysisk aktivitet kan sænke



blodsukkeret - og nogle gange giver en kortvarig stigning. På de fysiske mødegange var der stor spørgelyst og erfaringsudveksling blandt kursisterne.

Efter kursets afslutning følges kursisterne et år via digitale spørgeskemaer, hvor der bl.a. spørges til deres HbA1c målt ved egen læge.

Der arbejdes nu videre på en 100 % digital udgave af forløbet, så kurset kan tilbydes uafhængigt af lokation, og derved nå langt flere af Diabetesforeningens medlemmer.

Opdatering af foredragsoversigt

Kost og diabetes er et populært tema i Diabetesforeningens lokalforeninger, der arrangerer forskellige medlemsforedrag hen over året. Lokalforeningerne kan finde inspiration til oplægsholdere på Diabetesforeningens interne foredragsoversigt, hvor kliniske diætister, der tilbyder foredrag inden for kost og diabetes, har mulighed for at stå opført med oplysning om tema for kostforedrag, honorartakst samt i hvilket område, de udbyder foredrag.

Vi er i gang med at opdatere oversigten, ligesom vi opdaterer faglige kriterier for nye, mulige oplægsholdere.

Vi vil gerne kunne tilbyde lokalforeningerne forslag på oplægsholdere i samtlige fire regioner.

Har du diabetes som dit primære arbejdsområde, og er du interesseret i at høre mere om at holde ernæringsfaglige oplæg i en lokalforening, er du velkommen til at skrive til frivillig@diabetes.dk

Kommunal- og regionsrådsvalget

Når du sidder med dette blad i hånden, har der været afholdt kommunal- og regionsrådsvalg i Danmark. Diabetesforeningens politiske mærkesager op til valget var:

1. AID (pumper) til alle med type 1- diabetes
2. Ret til patientuddannelse/rehabilitering til alle med type 2-diabetes

Upåagtet valgresultatet fortsætter Diabetesforeningen diabeteskampene.

Det er særlig aktuelt og vigtigt med tæt opfølgning af LIGE ADGANG til en god patientuddannelse i en tid, hvor ansvaret for patientuddannelse overgår fra kommunerne til de 17 nye sundhedsråd, der fremadrettet får ansvaret og skal sikre, at flere får tilbudt patientuddannelse, og at kvaliteten bliver ensartet og høj uafhængig af, hvor i landet man bor.

Diabetesforeningen ønsker i forlængelse heraf data på, hvor mange i målgruppen, der rent faktisk får tilbudt et tilbud om patientuddannelse (Diabetesforeningens egen undersøgelse

viser, at kun 23 % oplever at have fået et tilbud om patientuddannelse), samt data på indhold af tilbuddet - dvs. om det følger den kvalitetsstandard, der findes på området. Et målepunkt kunne ligeledes være patienternes oplevelse af tilbuddet.

Ultraforarbejdede fødevarer

I maj 2025 udkom den første danske bog om ultraforarbejdede fødevarer "Spis rigtig mad", i samarbejde med Kræftens Bekæmpelse og Hjerteforeningen.

Ultraforarbejdede fødevarer har været oppe at vende i mange medier igennem 2025, og i kølvandet på bogen har Diabetesforeningen medvirket i en række artikler, samt afholdt høring på Christiansborg i juni måned. Dette arbejde vil strække sig ind i de kommende år i takt med, at vi får mere viden på feltet.

Vi har lavet en guide, som du forhåbentlig kan bruge i dit arbejde med at omsætte den komplekse viden til en praktisk kontekst: *Ultraforarbejdede fødevarer – hvad betyder de for dig?*

Fremtidens arbejde og ny strategi

Forebyggelse bliver, som følge af ny strategi for 2026-2029, et af Diabetesforeningens store mærkesager de kommende år. Med titlen "Sammen om en styrket indsats for flere berørt af diabetes" vil vi sætte fokus på bedre behandling og forebyggelse af diabetes og komplikationer samt bedre adgang til avancerede teknologier og støtte.

Som forening vil vi arbejde for at ændre opfattelsen af diabetes, så diabetes bliver taget alvorligt og anerkendt som en sygdom, der kræver handling, bl.a. ved at øge kendskabet til sygdommen blandt befolkningen og være med til at sætte dagsordenen i den sundhedspolitiske debat.

Vi vil arbejde for, at patienter oplever, at de ikke skal stå alene med deres diabetes og sikre bedre, sammenhængende og patientnære behandlingsforløb af høj kvalitet på tværs af sektorer – uanset bopæl.

Du kan læse hele den nye strategi her: <https://diabetes.dk/om-os/vision-og-strategi/strategi-2026-2029/>

HURTIG ADGANG

● Alle med type 2- diabetes skal have et tilbud om patientuddannelse inden for to uger efter henvisning fra lægen.

NÆRHED

● Tilbuddet skal være tæt på borgernes hverdag – patientuddannelse skal bringes ud til borgeren, ikke omvendt.

KVALITET

● Patientuddannelse skal opfylde Sundhedsstyrelsens kvalitetsstandarder.

ENSARTETHED

● Samme kvalitet og kapacitet for borgere i alle kommuner.

DATA

● Effekten skal måles, så sundhedsrådet ved, hvem der får gavn, hvad der virker, og hvad der kan forbedres.