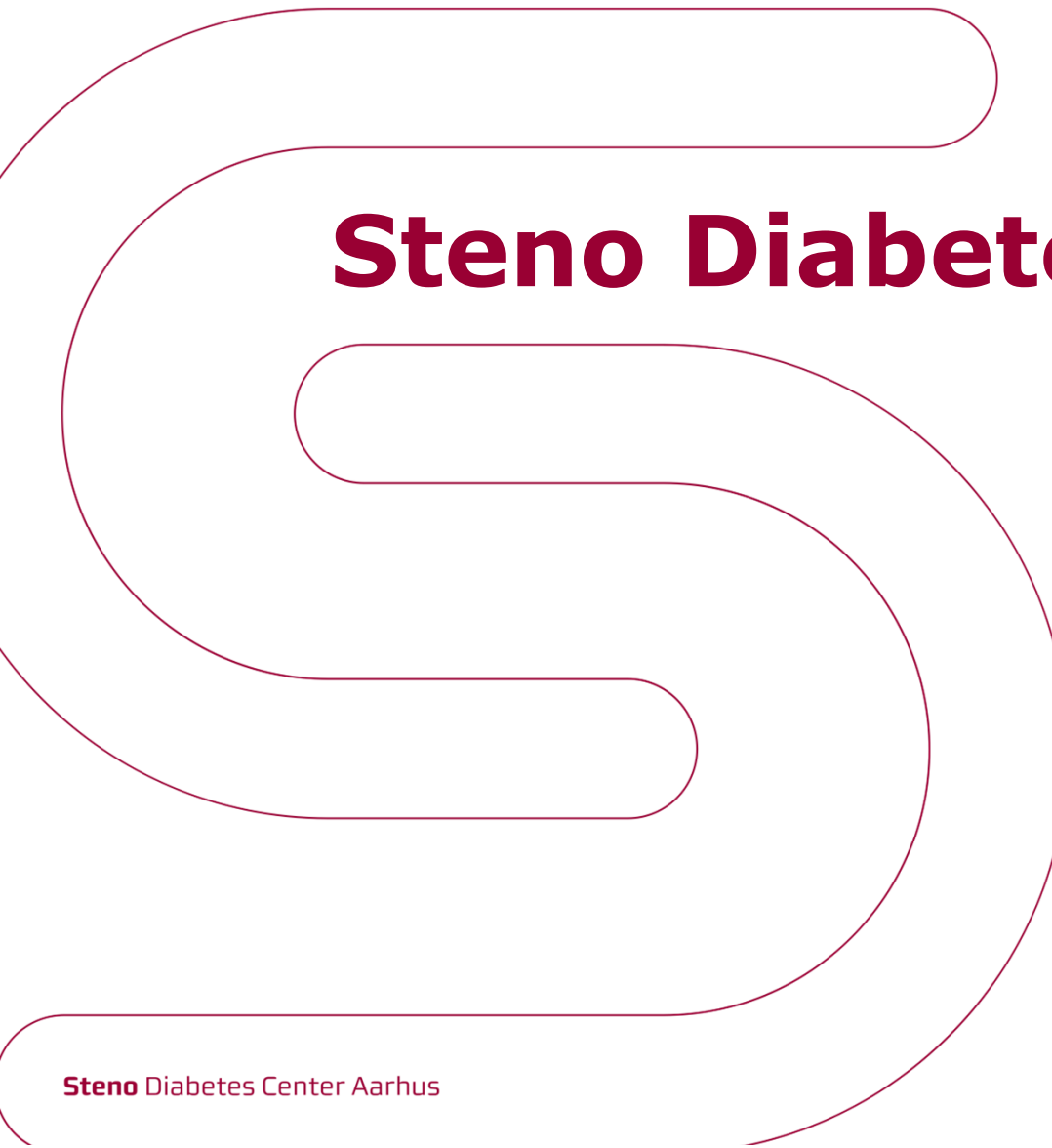




Steno Diabetes Center Aarhus

- Et godt liv med diabetes

En styrket diabetesindsats i Region Midtjylland

Steno Diabetes Center Aarhus er etableret den 1. januar 2018 i et samarbejde mellem Region Midtjylland og Novo Nordisk Fonden.

Visionen er at styrke diabetesindsatsen i Region Midtjylland til gavn for alle mennesker med diabetes og bidrage til at:

- Øge livslængden og livskvaliteten
- Mindske antallet af diabetespatienter

Steno Diabetes Center Aarhus skal være et internationalt anerkendt videns- og kompetencecenter, som driver udviklingen på diabetesområdet i Region Midtjylland.

En styrket diabetesindsats



Steno satsningen



Fire kerneaktiviteter

Behandling og forebyggelse

Udvikling af nye ideer og metoder til behandling og forebyggelse.
Implementering af evidensbaserede behandlingstilbud af højeste kvalitet.



Forskning

Patientnær forskning i international topklasse, som bidrager til bedre behandling og forebyggelse af diabetes.



Uddannelse

Samlet indsats om kompetenceudvikling og uddannelsestilbud til patienter, pårørende og personale.



Tværasektorielt fokus

Udvikling af modeller, metoder og teknologier til at fremme samarbejde og sammenhæng i patientforløb på tværs af sektorer.



Sammenhæng og samarbejde



Fremtiden





Enhed for Sammenhængende Patientforløb og Tværsektorielle indsatser

Enhedens formål

Sammenhæng i Patientforløb:

Udvikle og evaluere indsatser

Forske i relevante emner

Supportere implementering af tiltag

Erfaringsudveksling og formidling af viden

- i kommuner, almen praksis og hospitaler

Tværasektoriel fokus:

Forebyggelse af diabetes og diabeteskomplikationer

Målgrupper: Både hele populationer og sårbare grupper

SKU: Hvor er vi sundhedsmæssigt mest udfordrede i relation til overvægt ud fra en sundhedsfaglig vinkel? (inaktivitet, overvægt, børn???)

Børneovervægt Region Midtjylland - Stagneret i udvikling

Ved indskoling: 12,3% (årgang 2002) – 12,7% (årgang 2012)

Mellemskole: 20,6% (årgang 2002) – 19,7% (årgang 2006): 4,1 – 3,7% svær overvægt

Udskoling: 17,2% (årgang 1998) – 18,3% (årgang 2004): 3,6 – 3,7% svær overvægt

<https://www.esundhed.dk/Registre/Den-nationale-boernedatabase/Maalinger-i-skolen> 26/5-20

Flere voksne svært overvægtige:

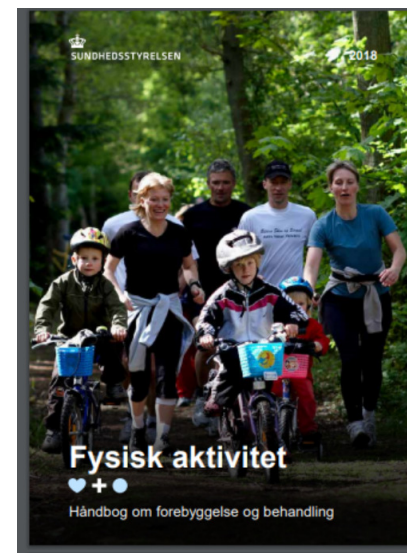
2017: 51% overvægt/fede (16,9% svært overvægtige: BMI $\geq$ 30)

2010: 46,8% overvægtige/fede

Ref: den Nationale sundhedsprofil.

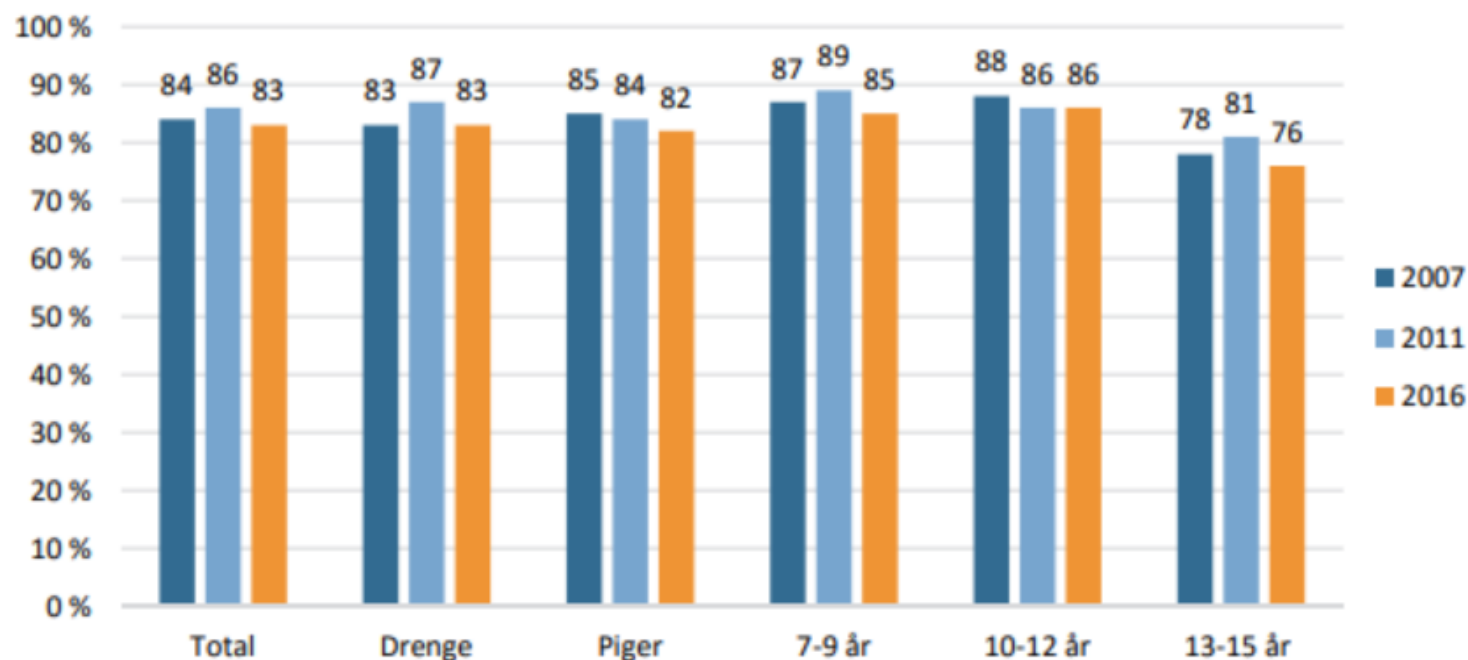
SKU: Hvor er vi sundhedsmæssigt mest udfordrede i relation til overvægt ud fra en sundhedsfaglig vinkel? (inaktivitet, overvægt, børn???)

- Fysisk aktivitet hos børn og voksne:
 - Seneste tal 2016
 - [Idrættens analysecenter: https://idan.dk/vidensbank/downloads/danskernes-motions-og-sportsvaner-2016/9a94e44b-4cf5-4fbe-ac89-a696011583d5](https://idan.dk/vidensbank/downloads/danskernes-motions-og-sportsvaner-2016/9a94e44b-4cf5-4fbe-ac89-a696011583d5)
- Anbefaling:
 - Børn: 1 times fysisk aktivitet af moderat karakter hver dag
 - Voksne: 30 min moderat aktiv hver dag + lidt til
 - <https://www.sst.dk/da/sundhed-og-livsstil/fysisk-aktivitet/anbefalinger/~media/6B3A4AE698BC42139572C76C5854BA76.ashx>



Børn Fysisk aktivitet

Figur 3: Færre 13-15-årige angiver deltagelse i sport og motion end tidligere



Figuren viser andelen af børn, der har svaret 'ja' til spørgsmålet 'Dyrker du normalt motion/sport?' Total og fordelt på køn og alder i 2007, 2011 og 2016.

13 – 15 årige:

1 ud af 4 deltager IKKE
i sport og motion

Børn Fysisk aktivitet

Tabel 4: Tidsforbruget på sport og motion er størst blandt idrætsaktive drenge og ældre børn² (pct.)

	Total	Køn		Alder			Total 2007	Total 2011
		Piger	Drenge	7-9 år	10-12 år	13-15 år		
6 timer eller derover	32	28	36	18	33	44	28	30
4'00-5'59	26	24	28	24	30	24	25	24
2'00-3'59	30	33	27	41	26	23	31	30
1'00-1'59	10	13	8	15	9	7	11	11
Under en time	2	2	2	3	2	2	5	5

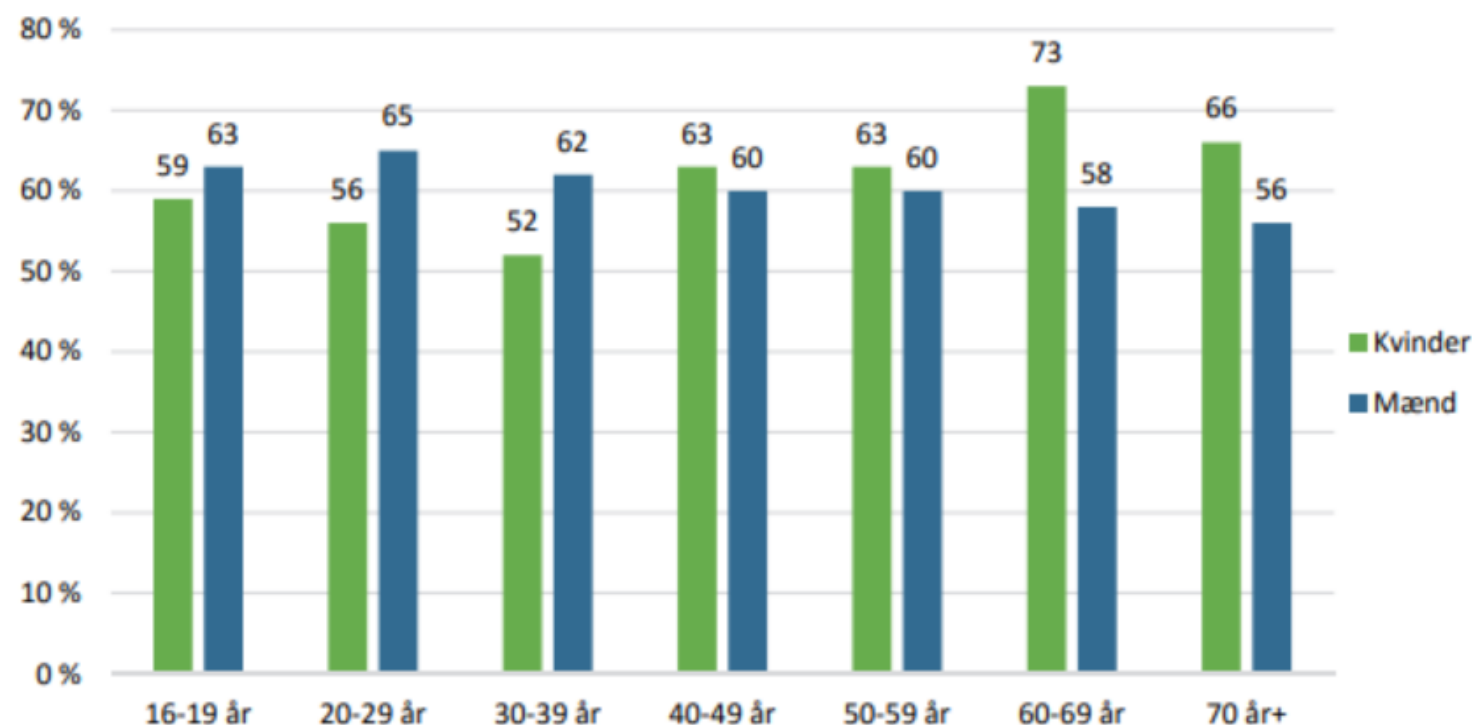
Tabellen viser, hvor mange timer idrætsaktive børn dyrker sport eller motion. Total og fordelt på køn og alder i 2016 (n=3.053) samt total for 2007 (n= 1.888) og 2011 (n=1.933).

10 – 15 årige:

**1 ud af 10 < 2 timer
per uge**

Fysisk aktivitet voksne

Figur 17: I yngre aldersgrupper dyrker mænd mere sport/motion end kvinder mens tendensen vender i ældre aldersgrupper



Figuren viser andelen, der dyrker sport eller motion fordelt på køn og alder. (n=3.914).

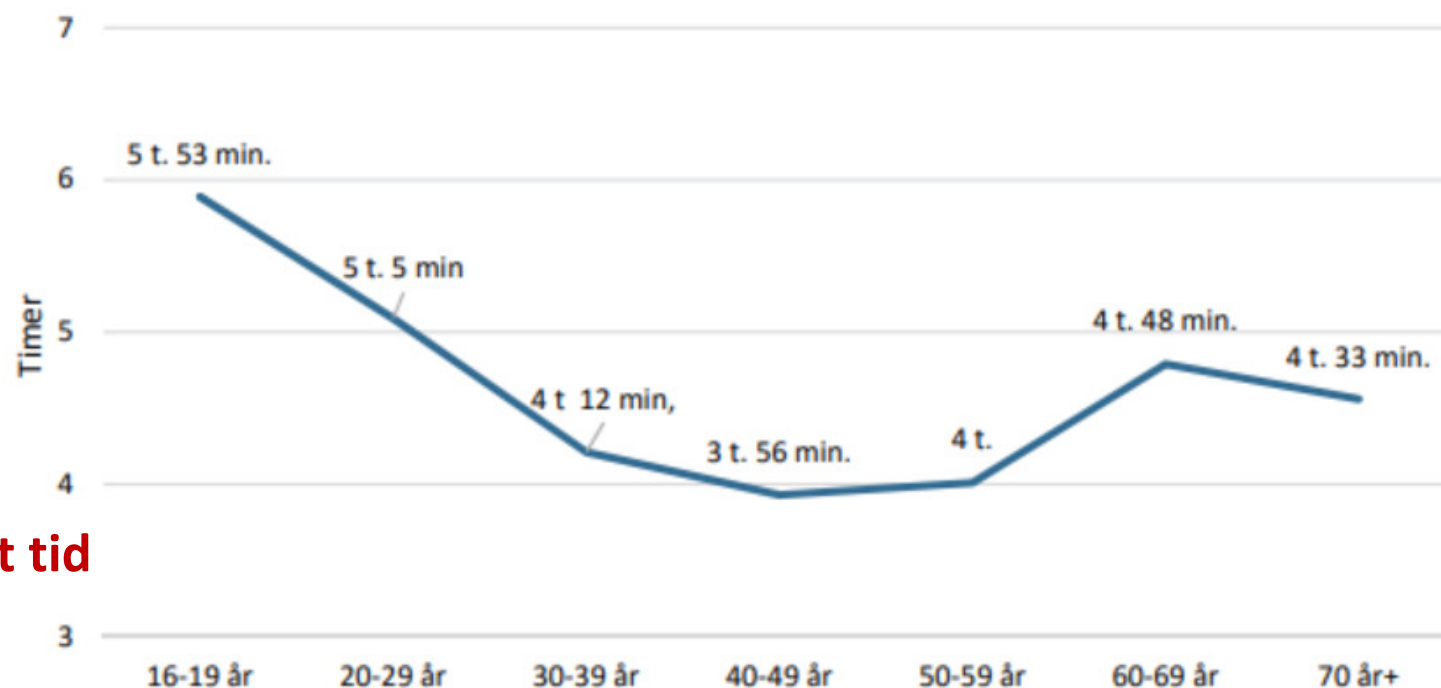
En stor andel dyrker IKKE sport eller motion

Når < 40 år: flest mænd

Når > 40 år: flest kvinder

Fysisk aktivitet voksne

Figur 21: Kurven for gennemsnitligt tidsforbrug fordelt på alder hænger sammen med den samlede andel, der angiver at dyrke sport eller motion.



30 – 45 årige bruger mindst tid

Figuren viser det gennemsnitlige tidsforbrug på sport og motion blandt idrætsaktive voksne. Fordelt på aldersgrupper (n=3.205).

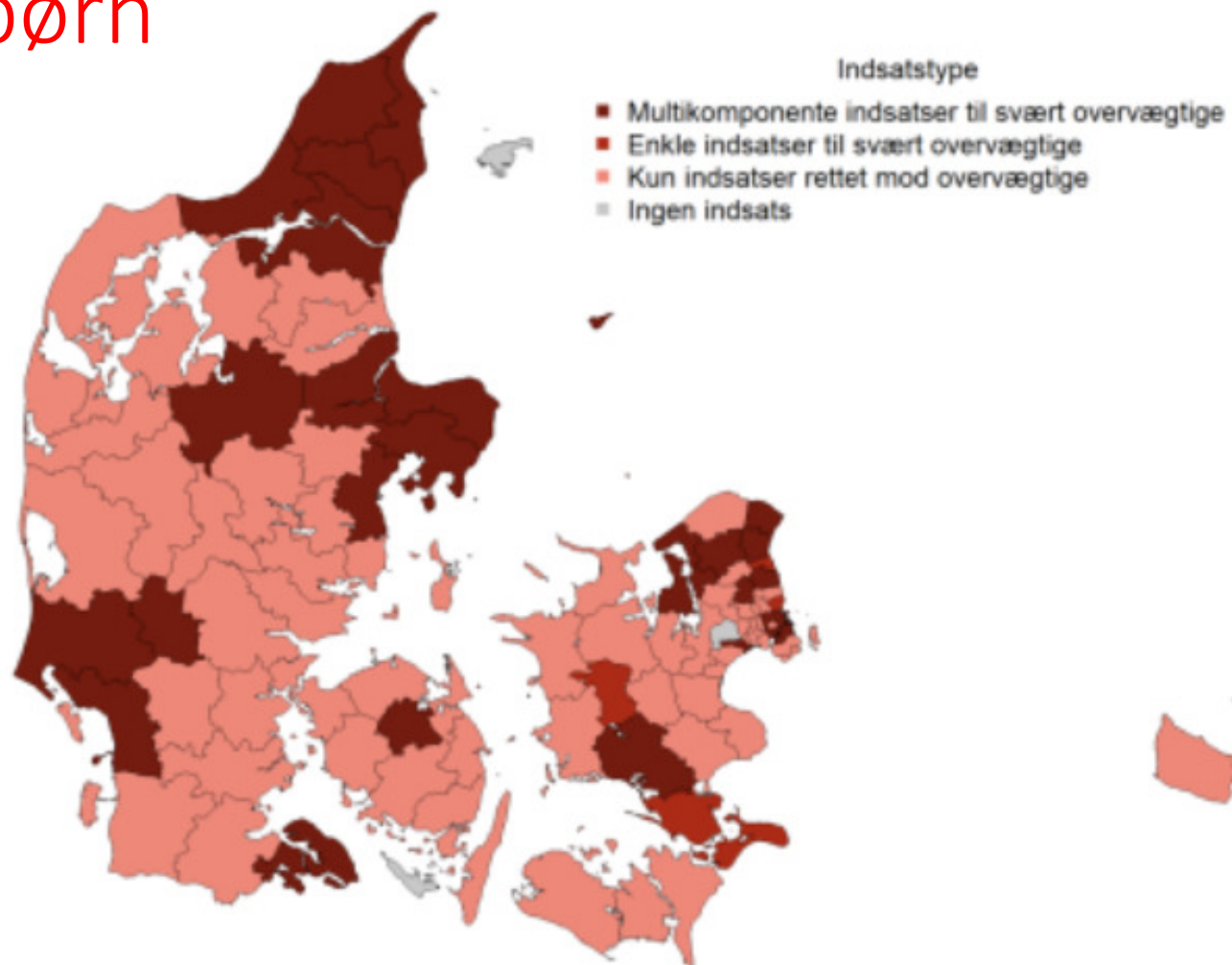
Tværsektorielle indsatser overfor børn med overvægt:

- De fleste kommuner har tilbud
Karakteriseret ved:
 - Holbæk modellen
 - Familiebaseret
 - Indskolingen (6-12 år)
 - Sundhedsplejerske er central
- Fit for kids (DGI forening)
- Julemærkehjem
- Få er tværsektorielle (under fem)
 - Hospital – Kommuner
 - Fx Randers 2014-2016
 - Fx Viborg ROS



Figur 1. Kommunale indsatser målrettet svært overvægtige og overvægtige børn

Svært overvægtige børn



Konklusion- Indsatser overfor børne overvægt

Kun få af indsatserne overfor svært overvægtige børn er permanente

Et mindre antal af de overvægtige børn kommer i tilbud

Stort frafald (30 – 50%)

Når man gennemfører indsatsen tabes i vægt

Svært at holde vægten efter indsatsen ophører

Få af projekterne er evaluerede

Ingen studier, der sammenligner forskellige modeller

Fleste indsatser er kommunalt baseret – evt i et samarbejde med hosp/julemærkehjem

Tværasektorielle indsatser overfor overvægtige voksne

- 80% af kommuner har tilbud
- I 2017: halvdelen af kommunerne havde ikke specielt tilbud til svært overvægtige
- Stort set ingen af indsatserne er evaluerede
- Tilbud er permanente

- Regioner/hospitaler har tilbud til svært overvægtige:

- Diætist
- Gruppebaseret indsats
- Medicinsk udredning
- KRAM + motiverende samtaler
- Bariatrisk tilbud

Tværasektoriel:

- Brædstrup livsstilscenter (Horsens Regionshospital). Pt fra hele landet



SKU: Viden om **forebyggelse af overvægt?**

Forebyggelse hos børn:

- Community indsatser fra Australien, USA og Frankrig har vist nedsat forekomst af overvægt. Usikkert om det er de overvægtige der er vokset fra overvægten, eller det også har effekt på normalvægtige

Forebyggelse hos unge:

- Studier, der beskæftiger sig med sårbare (udsatte) grupper
- Blandt andet: Prev Med. 2016 Aug; 89: 230–236. (unge på tekniske skoler)

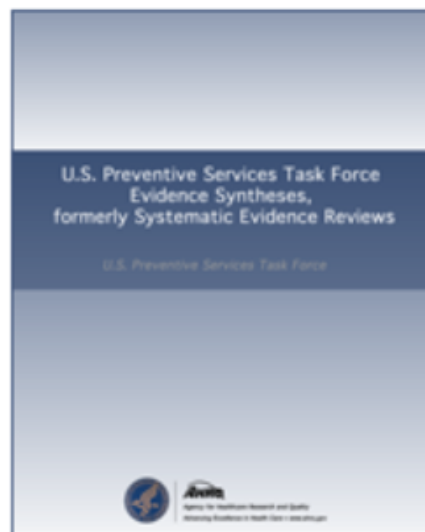
Forebyggelse hos voksne:

- Ikke bekendt med studier. Obs Projekt Gravide i Århus.

SKU: Viden om behandling af overvægt hos voksne?

i

Behandling overvægt hos voksne



Behavioral and Pharmacotherapy Weight Loss Interventions to Prevent Obesity-Related Morbidity and Mortality in Adults: An Updated Systematic Review for the U.S. Preventive Services Task Force

Evidence Synthesis, No. 168

Investigators: Erin L. LeBlanc, MD, MPH, Carrie D. Patnode, M. Webber, MS, Nadia Redmond, MSPH, Megan Rushkin, PhD, O'Connor, PhD.

Rockville (MD): [Agency for Healthcare Research and Quality \(US\)](#); 2018 Sep.
Report No.: 18-05239-EF-1

124 RCT studier
89 udelukkende livsstils
35 med medicin
BMI: 25 - 42
Alder: 22 - 65

Konklusioner

Livsstils baseret væggtabs interventioner med eller uden medicin giver øget væggtab

Vægttab: -2.39 kg (gennemsnitlig forskel mellem grupperne)

Reducerer risikoen for udvikling af diabetes (især hvis man er i høj risiko)

Få studier måler på mortalitet og andre sygdoms udfald. De der gør, viser ingen forskel

Når der anvendes medicin, er der højere risiko for "harms"

Lang tids effekten mangler at blive beskrevet

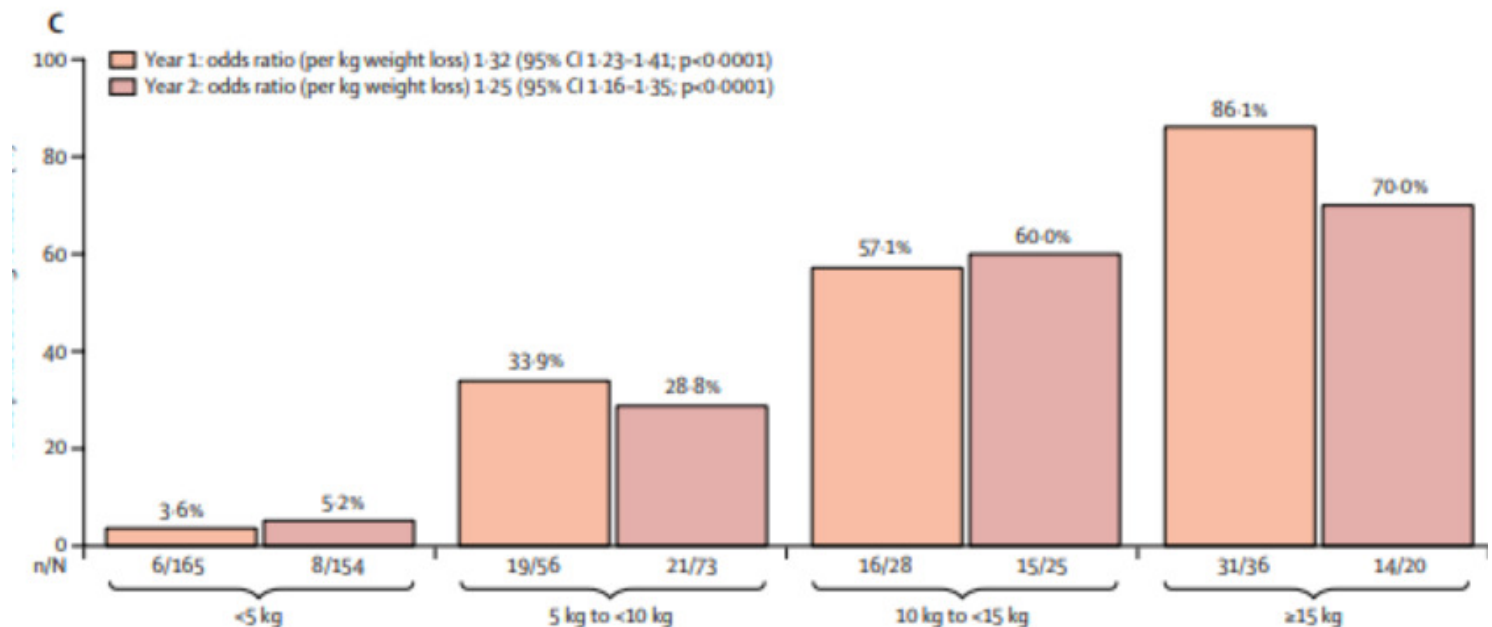
DiRECT – Vægttab voksne med T2 i almen praksis

- Outcome: Remission af T2

Randomized Controlled Trial > [Lancet Diabetes Endocrinol.](#) 2019 May;7(5):344-355.

doi: 10.1016/S2213-8587(19)30068-3. Epub 2019 Mar 6.

Durability of a Primary Care-Led Weight-Management Intervention for Remission of Type 2 Diabetes: 2-year Results of the DiRECT Open-Label, Cluster-Randomised Trial



"Pulver" – 850 kcal
3 – 5 mdr (+ opfølgning)
49 almen praksis
149 pt i interventions-
og kontrolgruppe
Opfølgning 12 + 24 mdr

Nye medikamenter til diabetespatienter: GLP1 og SGLT2 inducerer også Vægttab

SGLT2: sikrer at nyrerne udskiller en del sukker.

GLP1: nedsætter appetit

Hver for sig: vægttab (1-3 kg)

Sammen: endnu mere vægttab

Emerging Role of SGLT-2 Inhibitors for the Treatment of Obesity

[Maria J. Pereira](#) & [Jan W. Eriksson](#) 

[Drugs](#) **79**, 219–230(2019) | [Cite this article](#)

Kombination af overvægt og fysisk inaktivitet

Betyder for både børn og voksne:

Øget risiko for metabolisk syndrom (højt blodtryk, højt kolesterol tal og højt blodsukker)

og dermed øget risiko for udvikling af diabetes
+ hjertekarsygdom, cancer, bevægeapparats-sygdomme etc.

SKU: Hvor er de lavthængende frugter?

Voksne:

- Fysisk aktivitet kompenserer for en del overvægt
- Forebygge at overvægtige bliver fede
- Fokus på kvinder og familier: ophobning af fedme og fysisk inaktivitet
- Vægttab betyder noget for diabetes – kan og skal håndteres i primær sektoren (tværsektorielt)

Børn:

De lavest-hængende frugter (som alle hænger forholdsvis højt) må være at få vores børns hverdag indrettet sundhedsfremmende – og med al den tid vores børn er i institution og skole kan politikere faktisk gøre rigtig meget ved at prioritere sundhed.

Jane Naurtrup Østergaard



At få gjort de indsatser op (videnskabeligt) og finde ud af om det vi gør nu virkelig virker...ikke et crowd-pleaser svar...og det må du gerne citere mig for, for det er bl.a. det NCO er sat i verden for.

Jens Brun



SKU: Hvor bevæger vi os hen på den lange bane?

Citater:

.... Overvægt er måske som ukrudt. Vi fjerner det vi kan se, men det kommer igen, hvis vi ikke ser og fjerner roden. Og roden er kompleks.....

.....bruge at det har vist sig muligt at reducere forekomsten af overvægt blandt børn ved at hjælpe lokalsamfundene med selv at definere de sundhedsfremmende løsninger.....

.....Vi kan ikke bare sidde på hænderne, vi må være ambitiøse ved sammen at designe sundhedsfremmende lokalmiljøer men samtidig følge grundforskningen tæt så vi kan få fat i roden når vi kan se den.....

SKU: Hvor bevæger vi os hen på den lange bane?

Der er nok ikke nogen "let" løsning

Fokus på at opnå viden om effekt af indsatser

Samarbejde mellem praktikere og forskere

Samlet og koordineret indsats (regionalt og nationalt)

Kombination af strukturelle og individuelle indsatser

Ledelsesmæssig og politisk opbakning

Nationalt Center for Overvægt



Nationalt Center for Overvægt er et nyt videncentrum på Aarhus Universitetshospital. Vi samler og videreformidler viden om behandling og forebyggelse af svær overvægt.



 [Om os](#)

 [Baggrund](#)

 [Aktiviteter](#)

 [Organisering](#)

 [Kontakt](#)

Aktuelt

Nationalt Center for Overvægt er under opbygning.

Vi søger lige nu:

- [En kommunikationsrådgiver](#)
- [En forskningsmedarbejder](#)

Udvalgt presseomtale

- [Nu går Nationalt Center for Overvægt i luften på Aarhus Universitetshospital](#)
- [Dagens Medicin: Nyt center](#)



Jens Brun



KONFERENCE, 16. APRIL 2020, AARHUS

Forebyggelse af overvægt blandt børn og unge

S

TID

Tirsdag den
15. september 2020
Kl. 09.30-15.30

