
Tidlig diagnostisering og god egenbehandling av diabetes T2

Stadig flere mennesker verden over får diabetes. Norge har sluttet seg til WHO's mål om å redusere for tidlig død av diabetes med 25 prosent innen 2025. For å nå dette målet trenger vi en forsterket innsats og nye virkemidler.

Vi vil foreslå tre tiltak, som vi håper dere vil ta med dere i det videre arbeidet med folkehelsemeldingen og NCD-strategien:

1. Tidlig diagnostisering av diabetes T2
2. Økt kvalitet i Diabetesregistret for voksne
3. Grønn resept for kostholdsveiledning

Tidlig diagnostisering og god egenbehandling begrenser senkomplikasjoner – og gir bedre livskvalitet og bedre helse for den enkelte. Det vil også redusere trygde- og helserelaterte kostnader og være god samfunnsøkonomi.

1. Tidlig diagnostisering av diabetes T2

De fleste med diabetes har type 2-diabetes. Over 400 000 nordmenn har type 2-diabetes. Halvparten vet det ikke. Symptomene er ofte vage, og mange har derfor sykdommen i årevis uten å være klar over det. Et høyt blodsukker over tid, øker risikoen for alvorlige senkomplikasjoner. Dette kan føre til at det allerede ved diagnosetidspunktet er tegn til begynnende senkomplikasjoner som nedsatt syn, blindhet, amputasjoner, hjerneslag, nyresvikt, nerveskader og hjertesvikt.

Dette er svært alvorlig. For den enkelte betyr senkomplikasjoner redusert livskvalitet og dårligere helse. For samfunnet betyr senkomplikasjoner store kostnader, i form av økte utgifter til trygdeytelser og økte utgifter til helsetjenester.

I 2012 kostet diabetes den norske staten [ti milliarder kroner](#) - 6,8 prosent av helsebudsjettet. Om vi ikke tar riktige grep, vil kostnadene øke ytterligere. Hele 70–80 prosent av kostnadene til diabetes går til å behandle senkomplikasjoner. Dette kunne vært unngått hvis flere fikk vite om at de faktisk har diabetes eller er i ferd med å utvikle diabetes. Derfor er tidlig diagnostisering og god egenbehandling av diabetes (god blodsukkerkontroll) viktig for å forebygge mer alvorlig sykdom. Tidlig tilgang til teknologiske hjelpemidler vil kunne hjelpe

mange pasienter til bedre egenbehandling. Det er derfor viktig at det legges til rette for at ny teknologi kan tas i bruk av pasienter så raskt som mulig.

TILTAK 1: Alt for mange vet ikke at de har diabetes. Vi må styrke diagnostiseringen

- Ved diabetes T2 er symptomene ofte vage, og mange har derfor sykdommen i flere år uten å være klar over det. Et høyt blodsukker over tid øker risikoen for å utvikle senkomplikasjoner. Det vil derfor gi store gevinster å sette diagnostisering av diabetes type 2 i system.

- Vi foreslår en *årlig informasjonskampanje*, for å informere om diabetes, og for å finne de mange ikke-diagnostiserte. Dette kan skje gjennom tilbud om blodsukkertesting i apotekene eller hos fastlegen.
- Tidlig diagnostisering gjør at flere kan komme i gang med god egenbehandling. God egenbehandling av diabetes betyr kunnskap om hvordan kosthold og fysisk aktivitet og evt. blodsukkeregulerende legemidler kan brukes for å justere blodsukkernivået. God egenbehandling betyr god blodsukkerkontroll. Dette gir bedre livskvalitet og helse og reduserer risikoen for senkomplikasjoner.

2. Økt kvalitet i Diabetesregistret for voksne

Med gode data kan vi beregne sykdomsutvikling og måle effekt av behandling. Vi kan forebygge bedre, diagnostisere bedre, behandle bedre og begrense senkomplikasjoner - og vi kan spare samfunnet for store summer.

Hensikten er først og fremst å forbedre kvaliteten på behandlingen av personer med diabetes. I motsetning til de fleste andre helseregistrene, er registeret samtykkebasert.

De ulike behandlerne ber i varierende grad om pasientens samtykke. Dette fører til at mange pasienter ikke blir registrert. Dette fører til at diabetesregistret for voksne har mangelfulle data og dermed ikke får den verdien det burde ha.

TILTAK 2: Behov for kunnskap og forskning. Revurder samtykkekravet i diabetesregisteret for voksne

- Diabetesregistret for voksne, som er samtykkebasert, er et viktig grunnlag for bedre behandling av personer med diabetes. Registeret danner også et viktig grunnlag for forskning på diabetes og diabetesrelaterte sykdommer.
- Vi foreslår at det (omdiskuterte) *kravet til samtykke revurderes*, og erstattes med en reservasjonsrett.
- Et ikke-samtykkebasert register vil gi langt høyere datakvalitet. Dette vil øke registerets verdi og forbedre kunnskapen om antall diagnostiserte og kvaliteten på behandlingen av diabetes.

3. Grønn resept for kostholdsveiledning/-omlegging

En god og forebyggende folkehelsepolitikk skal legge til rette for at den enkelte kan ta gode valg for sin egen helse. Forebygging av sykdom gjennom livsstilsendring har de senere årene fått økende oppmerksomhet i vestlige land.

Grønn resept-ordningen som ble innført i oktober 2003, er ett slikt tiltak. Ordningen innebærer en egen refusjonstakst (takst 101) bl.a. for systematisering av kostholdsveiledning for diabetes T2 pasienter som ikke bruker blodsukkersenkende legemidler.

For personer med diabetes T2 kan blodsukkeret reguleres med kostholdsomlegging alene, eller i kombinasjon med fysisk aktivitet eller blodsukkersenkende legemidler. På den måten blir kostholdet viktig i forebyggingen av diabetes, og i forbindelse med god egenbehandling (god blodsukkerkontroll).

I ettertid har det vært innvendinger til at pasienter som bruker blodsukkersendende legemidler ikke har vært en del av grønn-resept-ordningen. Gjennom kostholdsveiledning og kostholdsomlegging kan personer med diabetes T2 også redusere eller seponere bruk av legemidler.

Kostholdsveiledningen i Grønn resept ordningen, har tatt utgangspunkt i Helsedirektoratets kostråd for alle typer diabetes. Portalen AlleTilbords er et eksempel på et slikt tiltak som kan underlette kostholdsomleggingen. Denne portalen er en familie-kosttreningsportal som inneholder en oppskriftsbank i tråd med Helsedirektoratets kostråd for alle typer diabetes og kan i tillegg automatisk tilpasses de fleste matallergier/matreaksjoner. Portalen er laget for å gi hvert enkelt familiemedlem god veiledning, også per månedsmail, basert på metabolsk profil og anbefalt daglig kaloriinntak.

TILTAK 3: God egenbehandling gir gevinster. Grønn resept for kostholdsveiledning-/omlegging

- Få sykdommer er i så stor grad knyttet til kosthold som diabetes. Dette gjelder særlig personer med diabetes T2 der blodsukkernivået kan reguleres med kostholdsomlegging.
- Gjennom god egenbehandling kan vi forebygge diabetes, sikre god egenbehandling, god livskvalitet og helse og begrense senkomplikasjoner. God egenbehandling kan også redusere eller fjerne behovet for blodsukkerreduserende legemidler.
- Vi foreslår at ordningen med grønn resept *videreføres og utvides* for personer med diabetes T2, slik at både personer som ikke bruker og bruker blodsukkersenkende legemidler omfattes av ordningen.
 - o Fastlegene utløser en egen refusjonstakst (takst 101) for systematisk kostholdsveiledning av samtlige diabetes T2 pasienter.
 - o Pasientene med diabetes T2 får gjennom grønn resept dekket tilgang til kostholdsveiledning og kostholdsomlegging, f.eks. gjennom portalen AlleTilbords der de får individualisert kostholdsveiledning basert på Helsedirektoratets kostråd for alle typer diabetes.

Kontaktinformasjon

Vi ønsker Helse- og omsorgsdepartementet lykke til i det videre arbeidet med Folkehelsemeldingen! Dersom dere har spørsmål til vårt innspill, kan dere gjerne kontakte undertegnede.

Mette Engebretsen
Head of Market Access & Public Affairs
mette.engebretsen@roche.com+47 90137651