

# Pressmeddelande

Från Primärvården Skaraborg

2009-08-04 10:00

## Skaraborgare hjälper forskare förebygga diabetes

**Nu är det dags för skaraborgarna att hjälpa till att förebygga utveckling av diabetes. - Sedan flera år tillbaka vet vi att diabetes typ 2 i stor utsträckning är en sjukdom som kan förebyggas med hjälp av fysisk aktivitet och bättre matvanor. Nu inleder vi ett försök med att upptäcka individer som löper risk att utveckla diabetes med hjälp av en enkät, säger sköveläkaren Margareta Hellgren, som tillsammans med forskare vid Göteborgs universitet och Sahlgrenska akademien ligger bakom studien.**

- Vår ambition med studien DIAVIP är att finna ett enkelt sätt dels att hitta personer som befinner sig i riskzonen, dels att komma fram till hur vi inom sjukvården på enklaste och mest effektiva sätt skall kunna ge dessa personer stöd och hjälp till den livsstilsförändring som kan behövas.

Det är i Finland, som satsat mycket på diabetesforskning, som man arbetat fram enkäten som med 60-70% sannolikhet kan förutsäga risken för utveckling av diabetes. Den enkla enkäten, som slumpvis utvalda skaraborgare kommer att bli ombudade att fylla i, består av ca 10 frågor.

- Vi vill till exempel veta personernas midjemått, grad av fysisk aktivitet och ärftlighet. Samtliga frågor ger en fingervisning om risken för att utveckla diabetes, säger Margareta Hellgren, distriktsläkare vid Hentorps vårdcentral i Skövde.

### **Vilka kommer att få möjlighet att vara med i studien?**

Enkäten börjar skickas ut i slutet av augusti till ca 2000 individer i åldern 35-75 år inom vårdcentralen Hentorps upptagningsområde. Den kommer sedan att spridas till de vårdcentraler som visat sitt intresse och i dagsläget gäller det i första hand Norrmalms vårdcentral och Ryds vårdcentral. På sikt kommer sannolikt studien även att vidgas till Mariestads och Skaras upptagningsområden och andra delar av Västra Götalandsregionen.

- Även personer som inte löper risk att utveckla diabetes kan vara med i en jämförelsegrupp och får då möjlighet till att också genomföra en mycket omfattande undersökning på Sahlgrenska universitetssjukhuset i Göteborg.

### **Hur går det till?**

Enkäten skickas hem för ifyllande. De som fyller i enkäten kan själva avläsa sin risk att få diabetes beroende på hur många poäng enkäten visar. De som har över 15 poäng bör gå till sin vårdcentral och kontrollera sitt blodsocker. Detta är kostnadsfritt och de kommer sedan att erbjudas att vara med i studien som innebär undersökning med blodprover, livsstils- och kostenkäter samt konditionstest. För alla dem som får under 15 poäng gäller enbart att vi ber dem återsända enkäten besvarad.

- Med skaraborgarnas hjälp hoppas vi att studien skall leda till att vi inom sjukvården på ett

så effektivt sätt som möjligt kan bidra till att förebygga diabetes. Vi vet redan att risken för att utveckla diabetes minskar vid viktsnedgång och ökad fysisk aktivitet. Men samtidigt visar erfarenheten att det är väldigt svårt att få människor att gå ner i vikt med bestående resultat. Vi kommer därför att fokusera på att försöka hjälpa människor att bli mer fysiskt aktiva. Det krävs inte så mycket fysisk aktivitet för att förhindra/fördröja diabetesutveckling. Det räcker med ca 30 min dagligen av någon aktivitet som man blir lite varm av.

Avsikten med studien är framför allt att undersöka den förebyggande effekten av fysisk aktivitet där detaljerad kunskap saknas idag. En annan styrka är att vi använder oss av den höga kompetens som finns inom såväl primärvården som inom grundforskning och samhällsmedicin.

- Studien ger oss helt nya möjligheter att utvärdera realistiska och långsiktiga effekter av fysisk aktivitet som sedan snabbt kan omsättas i praktiken för att förebygga en av vår tids stora folksjukdomar – typ 2 diabetes, säger Margareta Hellgren.

Alla undersökningar som har med studien att göra är gratis. De provsvar och enkätsvar som individerna lämnar kommer att behandlas anonymt och kan inte härledas till person. Det är bara ansvariga forskare som kan se vem som har lämnat vilka svar.

#### **Kontaktpersoner:**

Margareta Hellgren, distriktsläkare på Hentorps vårdcentral, projektledare och doktorand.

Tele:0708-381612 [margareta.hellgren@comhem.se](mailto:margareta.hellgren@comhem.se).

Pauline Friberg, distriktssköterska Hentorps Vårdcentral, monitorerare i studien.

[Pauline.friberg@vgregion.se](mailto:Pauline.friberg@vgregion.se),

Ansvariga är också mina handledare:

Ulf Lindblad, professor i allmänmedicin Göteborgs universitet. Huvudhandledare.

[ulf.lindblad@allmed.gu.se](mailto:ulf.lindblad@allmed.gu.se)

Cecilia Björkelund, professor i allmänmedicin vid Göteborgs universitet.

[cecilia.bjorkelund@allmed.gu.se](mailto:cecilia.bjorkelund@allmed.gu.se).

Per-anders Jansson, professor vid Lundberglaboratoriet för diabetesforskning. Sahlgrenska Universitetssjukhuset. [per-anders.jansson@medic.gu.se](mailto:per-anders.jansson@medic.gu.se).

**Kontaktperson:** Se ovan

Publicerad av: Evelyn Stolfer Epost: [evelyn.stolfer@vgregion.se](mailto:evelyn.stolfer@vgregion.se)