

Diabetes-pandemien accelererer, mens vi alle kigger på

DA JEG VAR barn oplevede jeg fra tid til anden, at min far pludselig ændrede adfærd. Blot en lille smule. Netop tilstrækkeligt til at min mor og jeg fornemmede det og sendte hinanden et blik. Jeg hentede noget druesukker. Nu gjaldt det om at motivere min far til at indtage druesukkeret her og nu. Ellers ville han få det tiltagende dårligere og dårligere og ende med at få sukkersygechok. Potentielt set kunne det slå ham ihjel. Hans blodsukker var blevet for lavt, og han fornemmede det ikke altid selv, og indimellem nægtede han at indtage druesukkeret. Min far havde type 1 diabetes, der brød ud i hans teenageår efter tuberkulose, der slog kroppen ud af balance. Hans sukkersyge var dårligt reguleret. Tiden var kendetegnet ved manglende viden, tabuisering og daglige indsprøjtninger af insulin i doser, der ikke helt matchede behovet. Alt i alt et dårligt miks.

DER ER EFTERHÅNDEN godt 40 år siden jeg oplevede ovenstående. Der er tydeligvis sket utroligt meget på alle fronter siden da. Forskningen har været massiv, så insulinprodukterne og den måde, man indtager dem på, er blevet markant forbedret. Diabetikerne i Danmark har adgang til masser af information, og kendskabet i offentligheden til diabetes er steget markant. Men der er desværre også en anden type diabetes - den blev dengang ofte kaldt "gammelmandssukkersyge". Det var få mennesker, og det var den ældre generation der fik det, der hedder type 2 diabetes.

Siden da er forekomsten af type 2 diabetes desværre gået grassat. Type 2 er den form, hvor livsstilen har enorm indflydelse. Ca. 80 % af type 2 diabetikere er overvægtige. For mange kalorier og for lidt motion over tid

presser kroppen. I takt med velstand i verden og ændret livsstil, så er tallene, for hvor mange der har diabetes, blevet astronomiske over de seneste årtier.

DER ER NU over 400.000.000 mennesker med type 2 diabetes! Hvert 5. sekund er der en person et eller andet sted i verden, der får diabetes. Sandsynligheden er størst, for at det er en kineser. I Kina er der nemlig allerede over 100.000.000 diabetikere. Indien tilføjer 77.000.000, mens amerikanerne følger trop med over 30.000.000. De menneskelige omkostninger i forhold til lavere livskvalitet er enorme, og de økonomiske omkostninger er ekstreme og vil presse sundhedssystemerne maksimalt i fremtiden - sammen med omkostninger til kræftbehandling. Der er tale om en pandemi - en global epidemi, der accelererer uden udsigt til at løje af.

I Danmark er der omkring 300.000, der lever med type 2 diabetes, og der er yderligere omkring 300.000 danskere, der har forstadier til diabetes. Symptomerne er ikke specielt karakteristiske (fx træthed, tørst og hyppige vandladninger), så mange kan gå i lang tid og få det tiltagende dårligere, før der kan sættes ind med diæt, motion og medicin, der sænker blodsukker, blodtryk og kolesterol.

IMODSÆTNING TIL andre sygdomme, så er den gode nyhed, at der rent faktisk kan sættes ind, da type 2 som nævnt er "menneskeskabt" gennem en uheldig livsstil. Men hvordan er det lige, at man globalt ændrer menneskelig adfærd? Hvordan får man politikerne til fx at nedsætte prisen på sund mad og sikre fødevarer uden unødigt tilsætning af sukker? Vi er vidne til en langsom massedød. I 2045 vil der være over 700 millioner diabetikere, hvis udviklingen fremskrives.

Torsdag den 14. november 2019 er det World Diabetes Day. Den bruges verden over til at skabe øget opmærksomhed, og der offentliggøres nye tal, der kan motivere til forandring. Nu ved du det, så mangler vi bare alle dem, der ikke læser Helsingør Dagblad.

PÅ DEN ENNE side har vi hver især ansvaret for, hvad vi putter i munden, og hvor meget vi bevæger os. På den anden side er der en fødevarereindustri, der massivt markedsfører usund mad, stillesiddende arbejde, et samfund der tilbyder bekvem og utallige måltidsmuligheder - og kobles hele menageriet med politikere på globalt plan, der ikke handler, så ser det godt nok sort ud.

Klimaet kom på verdens agenda næsten fra dag til dag. Et naivt håb kan være, at det måske er diabetes, der kan komme på dagsordenen, næste gang der sker et paradigmeskift.

” På den ene side har vi hver især ansvaret for, hvad vi putter i munden, og hvor meget vi bevæger os. På den anden side er der en fødevarereindustri, der massivt markedsfører usund mad, stillesiddende arbejde, et samfund der tilbyder bekvem og utallige måltidsmuligheder

Som jeg ser det

”Som jeg ser det” bliver skrevet på skift af vores faste klummeskribenter



Anette Lauritsen
Camilla Lysgaard
Ulrich Koch Borrits
Casper Skovgaard
Jens Frimann Hansen
Dorthe Carlsen
Michael Randropp
Kamilla Sevel
Konstantyner
Rolf Lund
Allan Jørgensen
Kirsten Kværnø
Mette Skamris
Carsten Bo Jensen
Claus Nissen
Jesper Lyngsøe
Christensen
Lars Michael Nielsen
Henrik Lieberkind
Janus Kyhl
Louise Manstrup
Mikael Fock
Franz Veisig
Thomas Horn
Lars Michael Nielsen
Berit Elmark
Josephine Vedel
Niels Berg
Victor Kuhlman

Franz Veisig arbejder med HR og marketing. Født og opvokset i Helsingør. I sin fritid er han aktiv i Helsingør Floorball Team og entusiastisk fotograf.



”Som jeg ser det” bliver skrevet på skift af vores faste klummeskribenter. Du kan læse tidligere udgaver på www.helsingordagblad.dk