

# Nyhetsbrev diabetes 2014

## Fysisk aktivitet

Det är viktigt för alla människor att vara aktiva och röra på sig. För en person med diabetes innebär motion oftast att man får se över både insulin- och kolhydratbehovet men med god planering brukar detta inte innebära ett hinder utan snarare ser man fördelar med träning. Vardagsmotion är lika viktigt som en mer organiserad träning. Allmänt kan sägas att inaktivitet är en riskfaktor för sänkt insulinkänslighet och därmed även för typ 2 diabetes och det har i flera undersökningar påvisats att man kan hindra utvecklingen av typ 2 diabetes genom fysisk träning. Generella rekommendationer för fysisk aktivitet vid diabetes måste anpassas till individens allmänna fysiska kondition, livsstil och eventuell förekomst av diabeteskomplikationer eller andra sjukdomar. Att kunna få stöd och support är viktigt för diabetespatienten men även uppföljning är en framgångsfaktor i processen att använda fysisk aktivitet som en del i diabetesbehandling.

På folkhälsoenheten finns samlad kompetens om alla fyra levnadsvanor. Sedan september 2013 finns även en fysioterapeut(sjukgymnast) som ansvarar för levnadsvanans fysisk aktivitet. Min ambition är att arbeta med utveckling av fysisk aktivitet som en del av behandlingen av många tillstånd, och bland dem diabetes. Ett av mina mål är att kunna bidra med ökad kunskap som kan vara av nytta i det kliniska arbetet. Det senaste rönet inom området diabetes och fysisk aktivitet är att om syftet med träningen är att påverka blodglukoskontrollen då är det viktigt att få upp intensiteten i träningen!

Jag hoppas på ett gott samarbete och inte minst möjligheten att kunna träffas för att tillsammans kunna planera utvecklingen av detta viktiga område.

Sommarhälsningar från Verónica Cofré Lindow

## Nationella diabetesregistret, NDR

Arbete pågår i samarbete med ögonkliniken och it-avdelningen för automatisk överföring av ögonkomplikationer via Cosmic Diabetesmall NDR.

**Sökord Tobak** innehåller variabler om rökning och snusning. NDR efterfrågar bara rökning, vilket medför att en variabel om rökning måste fyllas i för att inte få uppgift om missing.

Ex. Tobak nej, snusning ja

Ta hjälp av **KNAPPEN** på NDRs hemsida <https://ndr.nu/frameset.as> för uppföljning NDR innehåller fem funktioner: **Registrering** och korrigerering av indata. Direktrapport från Cosmic i Kronoberg, **Patientprofil** med uppgift från de fem senaste registreringarna **Validerad riskmotor** medberäknad femårsrisk för kardiovaskulärhändelse jämfört med normala faktorer, **Statistikverktyg** för egna data i översikt, söklista och statistik och **Knappen** Ett knapptryck för förbättringsarbete. I den nya funktionen kommer man åt all information och kan jämföra nationell och landstingsnivå. Med inloggning via siths/ tjänstekort ser man enhetsnamn.

## Nationellt Programråd diabetes i SKLs regi

1. *Behandlingsstrategier för patienter med högt HbA1c > 70, Typ1, Typ2 och barn*
2. *Vårdprogram äldre och diabetes.* Vårdprogrammet vänder sig till de som vårdar äldre diabetespatienter med typ 1-diabetes och typ 2-diabetes i kommunal omsorg, hemsjukvård och särskilt boende. Syftet är att ge vägledning och stöd
3. *Patientutbildningsmaterial.* Handledarmanual Faktaguidé och Mina sidor till patient

Kan skrivas ut från hemsidan. [http://www.skl.se/vi\\_arbetar\\_med/halsaochvard/diabetes](http://www.skl.se/vi_arbetar_med/halsaochvard/diabetes)

Kan beställas <http://intern.ltkronoberg.se/hem/Om-landstinget/Arbomr/Information-och-kommunikation/Service-och-mallar/Bestall-trycksaker-internt/>

**Preliminär versin Nationella riktlinjer** finns publicerad på <http://www.socialstyrelsen.se/riktlinjer/nationellariktlinjer/uppdateringavnationellariktlinjerfordiabetesvarden>

Riktlinjerna innehåller 140 rekommendationer varav 65 blivit omprioriterade, 60 oförändrade och 16 nya rekommendationer. Munhälsa och internet- och mobiltelefonbaserade interventioner är exempel på nya. Nytt är också kommentarer som berör gruppen mest sjuka äldre

### Kalendarie:

**Utbildningsaktiviteter** under hösten planeras för spridning av information om reviderade nationella riktlinjer, användning av behandlingsstrategier och uppföljning NDR-data. Mer information om upplägg efter sommaren

**Utbildningseftermiddag** för diabetes ssk planeras i november

**Diabetesråd** i september

Växjö 2014-07-18

Maria Thunander ordf. diabetesrådet

Karin Johansson diabetessamordnare