

DiabetesNyt til almen praksis

AKTUELT:
Kost og vægttab

Læs om:

Steno diabeteswebinar:

Læs om eller gense seneste webinar:
Diabetesdata – inspiration til hvordan du bruger forløbsoverblikket

Derudover:

Vægt og type 2-diabetes

Vægttabsmedicin

Effekten af vægttab hos personer med type 2- diabetes

Projekt ON LiMiT

Aktiviteter og tilbud:

Steno diabeteswebinar:

Næste webinar den 04. feb. 2026:
Farmakologisk behandling af type 2-diabetes i almen praksis

Fyraftensmøde d. 25.11.25

*Når børn og unge skal vejes:
Fra retningslinjer til praksis*

Del gerne DiabetesNyt....



Send videre til kolleger



Print til køkkenet eller frokoststuen

Tilmeld/frameld



[Klik her og tilmeld dig DiabetesNyt](#)



Eller skriv til sdca@rm.dk, hvis du vil tilmeldes eller frameldes DiabetesNyt

Forløbsoverblikket

- hvordan kan det bruges?

Highlights fra Steno Diabeteswebinar den 29. april 2025

Udpluk af nogle af oplæggene:

- Hør praktiserende læge Kasper Veje fortælle om, hvordan de kom i gang med at bruge Forløbsplanerne, og hvad de gør for at fastholde arbejdet.
- Hør konsultationssygeplejerske Lisa Piontek fortælle om, hvordan hun arbejder med Forløbsoverblikket.
- Hør praktiserende læge Gitte Krogh Madsen's tips til, hvordan urinundersøgelsen huskes og hvordan I identificerer de mest sårbare patienter ved hjælp af Forløbsoverblikket.

Hvis du ikke allerede er i gang, så tag et kig på Forløbsoverblikket. Det giver et fantastisk overblik. Prøv bare at klikke på et enkelt område.



Fortsættes på næste side

Forløbsoverblikket

- hvordan kan det bruges?

Highlights fra Steno Diabeteswebinar den 29. april 2025

Triple Whammy.

Kombinationsbehandling med ACE-hæmmer eller AT2-antagonister, diuretika og NSAID. Kombinationen øger risikoen for akut nyresvigt med 31%. Du kan finde en liste over jeres patienter i Trippe Whammy behandling i Forløbsoverblikket.

SCORE2 diabetes fremgår nu af Forløbsoverblikket. Udregnes for patienter mellem 40-69 år uden kardiovaskulær sygdom. Hjælper jer til at foretage **risikostratificering** af klinikkens type 2-diabetes patienter.

Mulighed for **adgang til Klyngedata** når du logger på KIAP.dk. Du kan sammenligne, hvordan din klinik ligger i forhold til andre klinikker i klyngen, og på den måde få **inspiration til fokusområder** for din klinik.

Muligheden for **kommunal henvisning** direkte fra patientens Forløbsplan. Kun ét klik - så bliver det ikke nemmere.

Se oplæggene fra Steno Diabeteswebinar den 29. april eller gense tidligere webinarer på www.stenoaarhus.dk

Vægt og type 2-diabetes

Sammenhæng mellem fedme og type 2-diabetes

Det er velkendt, at risikoen for type 2-diabetes stiger lineært med stigende BMI. Overvægt og især fedme medfører en række metaboliske forstyrrelser som insulinresistens i lever, muskel og fedtvæv, betacelledysfunktion samt øget forekomst af non-alkoholisk fedtlever.

Fordelingen af fedt spiller en væsentlig rolle

Abdominalt fedt og leverfedt øger risikoen for type 2-diabetes markant, mens fedt i lår- og balleområdet kan være beskyttende. Fedtvævet er ikke blot et energilager, men udskiller også hormoner, frie fedtsyrer og signalmolekyler, som kan forværre insulinresistens og skade betacellerne.



Vægttabsmedicin

Medicinsk behandling af svær overvægt

Sundhedsstyrelsen mener, at medicin til vægttab bør anvendes med omtanke og altid anvendes som supplement til livsstilsændringer ([link](#)).

Dansk Endokrinologisk Selskab har en National behandlingsvejledning ([link](#)), der beskriver ikke-farmakologisk behandling af svær overvægt, en behandling som kan tilbydes patienten med et BMI >30 kg/m² eller >27 kg/m², med overvægtsrelateret følgesygdom.

DSAM har for nyligt udgivet et redskabsark ([link](#)) som giver de vigtigste informationer om vægttabsmedicin i almen praksis.

Patienten bør informeres om, at effekten af behandlingen oftest ophører, når man stopper behandlingen, hvorefter vægten typisk vil stige ([link](#)) samt at vægttabet reducerer både fedt-, muskel- og knoglemasse. Der bør derfor være opmærksomhed på evt. fejlnæring og spiseforstyrrelse hos patienten, f.eks. Binge Eating Disorder.

Læs også:

Studier har vist, at vægttabsmedicin ikke altid anvendes, som beskrevet i de kliniske studier, f.eks. anvender patienterne lavere doser ([link](#)).

Studie har undersøgt, hvordan praktiserende læger og sygeplejersker håndterer og forholder sig til brugen af vægttabsmedicin i almen praksis ([link](#)).

Effekten af vægttab hos personer med type 2- diabetes

- **Moderat vægttab (5–10 % af kropsvægt):**

Forbedrer insulinresistens i fedtvæv og lever, sænker blodsukker, blodtryk og triglycerider samt øger HDL-kolesterol. Allerede ved 5 % vægttab ses forbedret leverfedt og insulinvirkning.

- **Større vægttab (>10–15 % af kropsvægt):**

Kan føre til remission af diabetes, særligt hvis sygdomsvarigheden er kort (<6 år). I DiRECT-studiet opnåede 57 % remission ved 10-15 % vægttab, og hele 86% ved ≥15% vægttab ([link](#)).

- **Kirurgisk vægttab (bariatrisk kirurgi):**

Giver de højeste remissionsrater (40–75 % efter 1–2 år afhængigt af vægttabets størrelse og sygdomsvarighed), men effekten aftager ved vægtøgning over tid ([link](#)).

- **Negativ energibalance er afgørende:**

Fjernelse af fedt via fx liposuction eller omentektomi forbedrer ikke insulinfølsomheden. Det er selve vægttabet gennem kalorieunderskud, der giver de metaboliske gevinster ([link](#)).

Opsummering:

Selv et beskedent vægttab kan forbedre blodsukker og kardiometaboliske risikofaktorer. Men større vægttab – opnået gennem kost, motion eller evt. kirurgi – kan ofte føre til remission af type 2-diabetes, især tidligt i sygdomsforløbet.

ON LiMiT

– en ikke-medicinsk livsstilsbehandling til personer med type 2-diabetes

Formålet med ON LiMiT:

Tidligere studier har vist, at personer med type 2-diabetes kan opnå remission, når de taber sig meget ved hjælp af måltidserstatning. Den næste store udfordring er, hvordan vi bedst hjælper dem med at fastholde remissionen.

Projekt ON LiMiT har derfor til formål at undersøge, hvordan en kost med lavt eller moderat indhold af kulhydrater og med eller uden højintensiv træning påvirker fastholdelsen af remission.

Mere om On LiMiT

Projektet er opdelt i tre faser

- Behovsafdækning
- Feasibility-studie (rekruttering i gang) – *Sjælland*
- Hovedstudie (rekruttering i 2026) – *Hele landet*

Rekruttering sker via praktiserende læger.

[Læs mere om projektet her](#)

Fyraftensmøde – Når børn og unge skal vejes: Fra retningslinjer til praksis

Steno Diabetes Center Aarhus og Nationalt Center for Overvægt inviterer til fyraftensmøde.

Få indblik i nyeste forskning, retningslinjer og viden inden for området *vejning af børn og unge* samt konkret inspiration og redskaber til, hvordan man som sundhedsprofessionel bedst kommunikerer om og griber vægt og vejning an, når det drejer sig om børn og unge med overvægt.



Foto: Nationalt Center for Overvægt. Fotograf: Anne Kring

Tid og sted: 25. november 2025 kl.15:30-19:45 ved Steno Diabetes Center Aarhus.

Målgruppe: Åbent for alle, men særligt henvendt til sundhedsprofessionelle inden for skolesundhedsplejen og almen praksis.

Fyraftensmødet er godkendt som selvvalgt efteruddannelse for praktiserende læger og praksispersonale.

Det er gratis at deltage, men tilmelding er nødvendig af hensyn til forplejning.

Læs mere og tilmeld dig her:
www.ncfo.dk/events



Tilmeld dig næste Steno Diabeteswebinar her

Tema: Farmakologisk behandling af type 2-diabetes i almen praksis

Dato og tidspunkt: Den 04. februar 2026 kl. 14.30-16.00 (virtuelt)

Indhold:

Denne gang sætter vi fokus på nyeste viden om farmakologisk behandling af type 2-diabetes

Vi kommer bl.a. ind på følgende:

- Behandlingsvejledning omkring farmakologisk behandling af type 2-diabetes
- Forebyggelse og behandling af nyrekomplikationer og hjerte, hvilke gevinster og risici er der
- Hvilke patienter skal du være særlig opmærksom på i almen praksis

Webinaret indledes med et faglige oplæg efterfulgt af paneldebat med praksisnære patientcases.

Målgruppe: Læger og praksispersonale i almen praksis

Tilmelding: [Steno Diabeteswebinar d. 04.02.26](#)

Det er gratis at deltage.

**Sæt X i kalenderen
d. 04.02.26**