



Yhdessä terveyttä

Diabeteksen ehkäisy erikoissairaanhoidossa

17.1.2008

Heikki Oksa

Ylilääkäri, dosentti

Toimialuejohtaja, Tampereen yliopistollinen sairaala

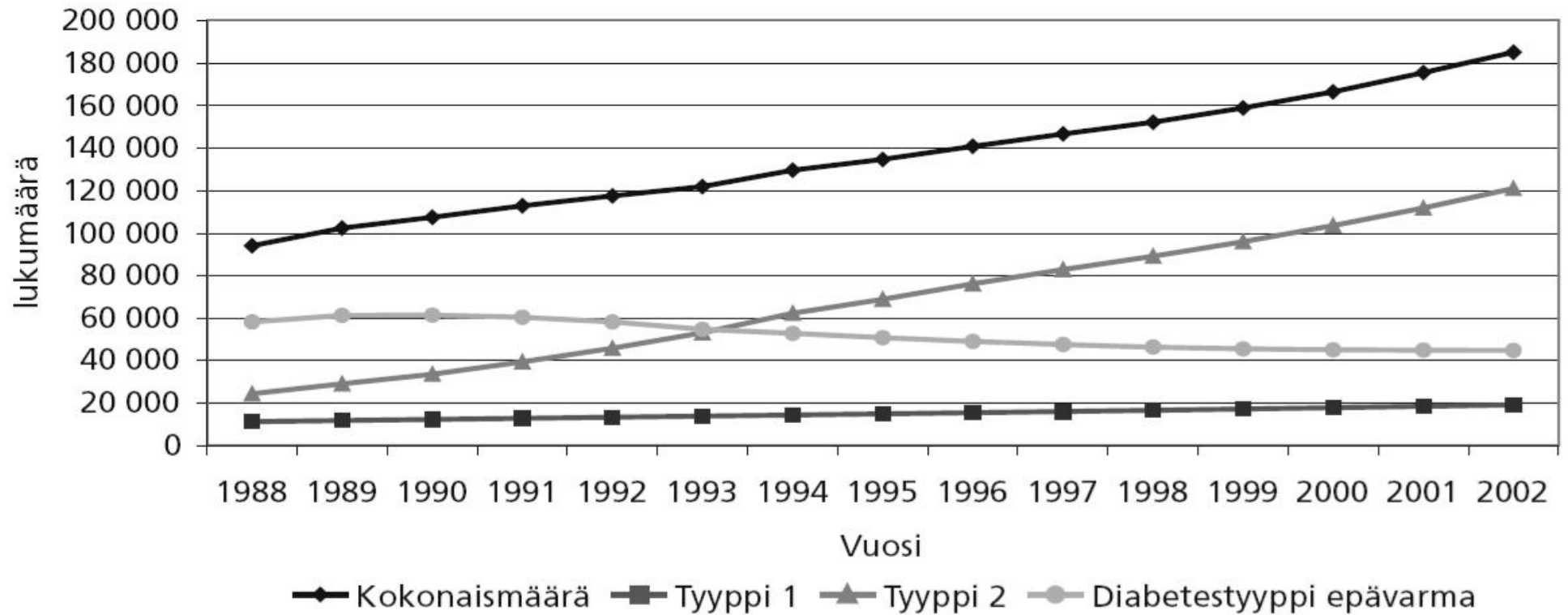
Hankevastaava, D2D-hanke



Yhdessä terveyttä

Diabeetikoiden määrän kehitys Suomessa

(Niemi, Winell: Diabetes Suomessa, Stakes 2005)



Glukoosiaineenvaihdunnan häiriöt D2D-väestötutkimuksessa 45 – 74-vuotiailla

	Miehet		Naiset	
• Diagnosoitu tyypin 2 diabetes	7.4%	} 15.7%	4.3%	} 11.2%
• Aiemmin tunnistamaton tyypin 2 diabetes	8.3%		6.9%	
• Heikentynyt glukoosinsieto	14.7%		15.9%	
• Kohonnut paastoglukoosiarvo	9.3%		4.8%	
• Yhteensä:	41.8%		33.2%	

DIABETES LISÄÄNTYY NOPEASTI:

Diabeetikoiden määrän kehitys Suomessa vuodesta 1969 ja arvio
(^x) vuoteen 2030

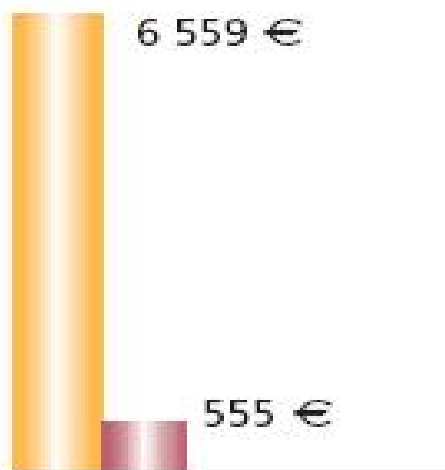
1969	60.000
1979	117.000
1989	138.000
1999	181.000
2003	218.000
2010 ^x	294.000
2020 ^x	382.000
2030 ^x	497.000

D2D väestötutkimus osoitti, että tyypin 2 diabeetikkoja on yllä olevaa selvästi enemmän ja että esiasteet ovat vielä paljon yleisempiä



Diabeteksen keskimääräiset hoitokustannukset (euroa henkilöä kohti vuodessa)

Tyypin 1 diabetes:



Tyypin 2 diabetes:



 Lisäsairauksia  Ei lisäsairauksia

Lisäsairaudet nostavat diabeteksen aiheuttamat hoitokustannukset tyypin 1 diabeetikolla keskimäärin 12-kertaisiksi ja tyypin 2 diabeetikolla keskimäärin 24-kertaisiksi.

Lähde: Kangas 2002



Diabeteksen aiheuttamia lisäsairauksia

- Ø Valtimoiden kalkkeutuminen
(valtimokovettumatauti)
 - Sepelvaltimotauti
 - Aivohalvaus
 - Jalkojen valtimoiden ahtaumat, voi aiheuttaa kuolion
- Ø Munuaistauti
- Ø Silmämuutokset, sokeus
- Ø Hermomuutos (neuropatia)



Yhdessä terveyttä

Diabeteksen ehkäisy tutkimus (DPS) Suomessa

- Ø 522 ylipainoista henkilöä, joiden diabetekseen sairastumisen vaara on lisääntynyt (sokerirasituskoete epänormaali)
- Ø Puolet sai tehostettua yksilöllistä elämäntapaohjausta (painon alentaminen, ruokaohjeet rasvojen määrän ja laadun muuttamiseksi sekä kuitujen lisäämiseksi, liikunnan lisääminen)
- Ø Toinen puoli sai lyhyen yleisohjauksen sekä ohjelehtisen

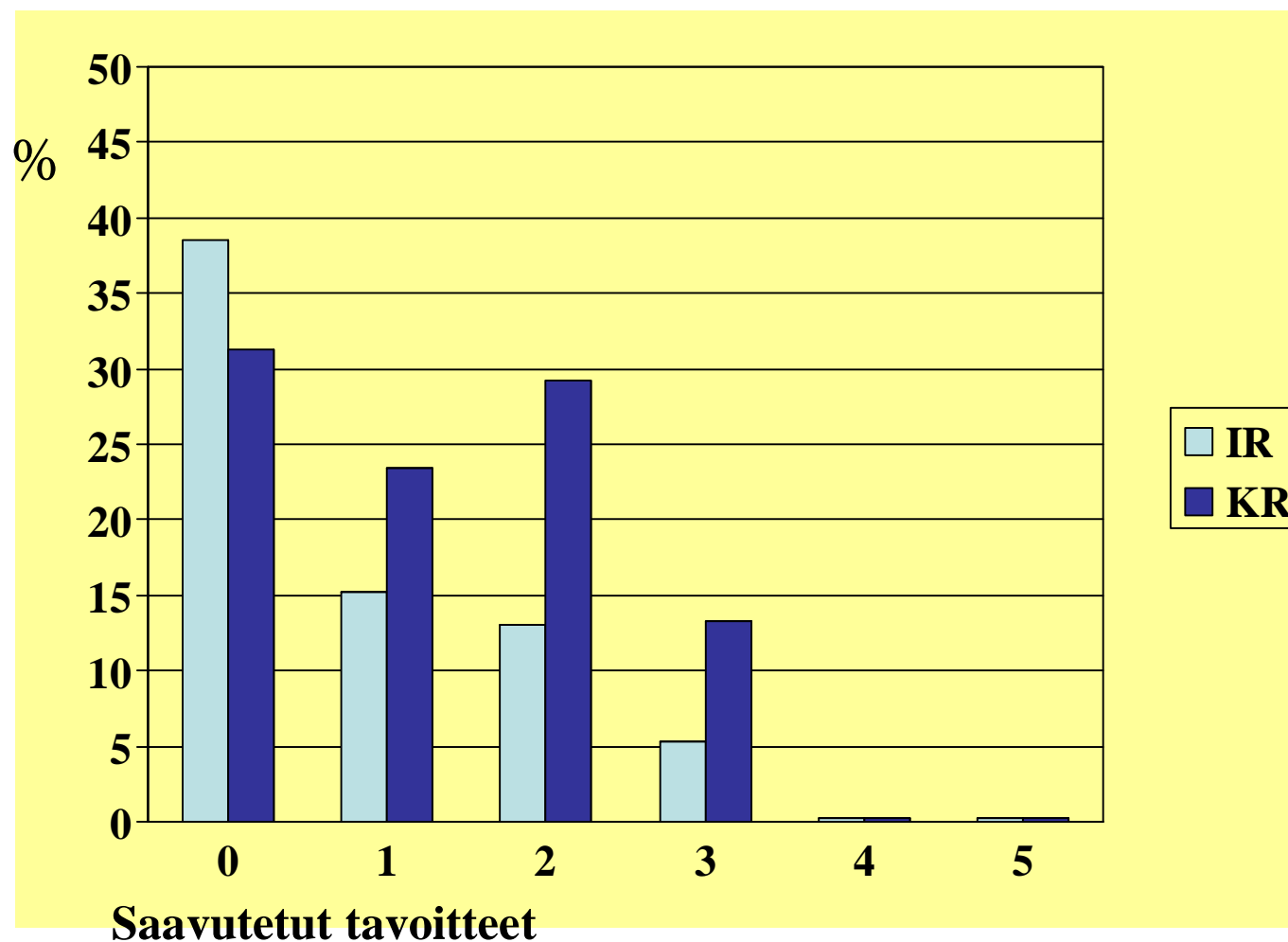


Yhdessä terveyttä

Diabetekseen sairastuneiden osuus tavoitteiden saavuttamisen mukaan,

DPS

New Engl J Med 2001; 344:1343-1350





Yhdessä terveyttä

Tyypin 2 diabeteksen ehkäisyhanke (D2D-hanke)

- Ø Sosiaali- ja terveysministeriö rahoittanut
- Ø Viidessä sairaanhoitopiirissä vuosina 2003-2007
- Ø Etsitään diabetekseen sairastumisvaarassa olevat ja yritetään saada heidät muuttamaan elämäntapojaan (ruokailutottumukset, liikunta, paino)
- Ø Yhteistyö terveyskeskusten, työterveyshuollon, opetustoimen, liikuntatoimen, kuntapäätäjien, apteekkien, potilasjärjestöjen, kauppojen jne kanssa



Yhdessä terveitä

Diabeteksen ehkäisytyötä voidaan ja pitää tehdä myös erikoissairaanhoidossa

Ø Potilaat hyötyvät

- Jos on jo kehittynyt diabeteksen lisäsairaus, voidaan estää sen paheneminen
- Kun tutkitaan potilaita, voidaan löytää piilevä diabetes tai diabeteksen esiaste

Ø Tuetaan perusterveydenhuollon ja työterveyshuollon työntekijöitä

- Koulutus
- Ravitsemusterapeutit
- Koordinoiva rooli, hahmotetaan yhdessä diabeteksen ja sen esiasteiden kokonaisuus

Ø Oma henkilökunta

- Parempi terveys ja työkyky
- Tietoisuus terveellisistä elämäntavoista -> kyetään ohjaamaan paremmin potilasta



Mitä Pirkanmaan sairaanhoitopiirissä?

Yhdessä terveyttä

- Ø Oltu mukana tyypin 2 diabeteksen ehkäisyhankkeessa (D2D) 2003 – 2007 (2008)
- Ø Sokerirasituskokeiden käyttö lisääntynyt
- Ø Ravitsemusterapeutteja terveyskeskuksiin
- Ø Terveysliikuntaneuvonnan koordinointi
- Ø Henkilökunnan terveystarkastukset, arvioidaan diabetesriski
- Ø Henkilökunnalle järjestettävät tempaukset
- Ø Hankkeita oman toimialueeni tulevaisuusohjelmassa
 - Sovitaan, mitä potilaasta kirjataan? (paino, pituus, tupakointi, alkoholin käyttö, vyötärön ympäryys, liikunta, uni, mielenterveys, verenpaine, veren rasva-arvot, verensokeri)
 - Epikriisiin arvio kokonaisvaltaisesta terveydestä ja terveyden edistämisestä
 - Terveyden edistämisen aineistoa ja linkkejä sairaanhoitopiirin internet-sivuille