

# Diabetes skyldes også arv og miljø

Type 2-diabetes eksploderer i disse år både i Danmark og globalt. Forskerne er ikke i tvivl om, at det er ofte en usund livsstil og for lidt motion med overvægt til følge, der er udslagsgivende for, om man udvikler sygdommen. Men arvelighed og miljø bærer også en stor del af skylden.

• Af Lars Aksel Jakobsen  
laj@raskmagasinet

Der er flere årsager til, at nogle mennesker udvikler type 2-diabetes. Eftersom 80 procent af alle type 2-diabetikere ifølge tabellerne er overvægtige, spiller for meget fedt på sidebenene en klart dominerende rolle, men både arvelighed og miljø er også involveret – og ofte i kombination.

Selvom cirka 80 procent af alle type 2-diabetikere altså regnes som overvægtige, er overvægten samtidig ikke en sikker indikator på, at man af den grund er i fare for at pådrage sig type 2-diabetes. En slank person med en sund livsstil kan nemlig også udvikle type 2-diabetes, hvis den genetiske disposition er meget stærk.

Fakta siger således, at arveligheden ved type 2-diabetes er stor. For hvis en af forældrene har type 2-diabetes, er risikoen for at udvikle sygdommen øget med ca. 40 procent. Og hvis begge forældre har type 2-diabetes, stiger risikoen for at udvikle sygdommen til det dobbelte, altså ca. 80 procent. Man kan dog godt være genetisk disponeret for type 2-diabetes, uden at sygdommen kommer til udtryk. Men det kræver til gengæld en sund livsstil.

## Forurening, inflammationsprocesser og diabetes

Det er flere år siden, at forskerne så en sammenhæng mellem luftforurening og diabetes, og de er stadig i gang med at kigge nærmere på sammenhængen. Indtil videre er den vigtigste hypotese, at diabetes skyldes en form for inflammationsprocesser i kroppen, fordi luftforurening betyder, at man konstant har en lav inflammation i kroppen.

Diabetesforeningen oplyser, at der i Danmark pr. 31. december 2012 var diagnosticeret 320.545 personer med diabetes. Det svarer til godt 5,7 procent af befolkningen og er samtidig en fordobling af antallet af diabetikere i Danmark på 10 år. Type 1-diabetes og type 1 ½-diabetes udgør hver især cirka 10 procent, mens type 2-diabetes udgør de sidste ca. 80 procent.

Af Det Nationale Diabetesregister fremgår det, at der i 2012 blev diagnosticeret 26.057 nye diabetestilfælde i Danmark. Men den Internationale Diabetesorganisation (IDF) estimerer samtidig, at knap 40 procent af alle verdens personer med diabetes i alderen 20-79 år endnu ikke er diagnosticeret, hvilket får Diabetesforeningen herhjemme til at anslå, at omkring 200.000 danskere lever med uopdaget diabetes, at 750.000 personer har forstadier til diabetes og at 30-40 procent af disse prædiabetikere vil udvikle type 2-diabetes inden for 3,5 år.

I disse år oplever man samtidig, at de, der rammes af type 2-diabetes, bliver yngre og yngre, idet sygdommen ses ramme yngre voksne allerede fra 30+ års alderen.

Overdødeligheden ved diabetes var i 2012 på 49 procent, mens den i 1997 var på hele 90 procent. Diabetikere i dag lever altså længere med deres sygdom, men samtidig er der en markant kønsforskel. For kvinder med diabetes er overdødeligheden 40 procent, mens den for mænd med diabetes er 57 procent.

## Mange følgesygdomme

Risikoen for at få følgesygdomme til diabetes øges, jo dårligere blodsukkeret er reguleret, og det er skidt, eftersom netop følgesygdommene typisk forringer livskvaliteten endog betydeligt. Eksempelvis har ca. en tredjedel af alle diabetikere en hjertekarsygdom, mens det i den øvrige befolkning blot er 14 procent. Derudover har 4,5 procent haft så alvorlige øjenkomplikationer, at øjnene er blevet laserbehandlet i perioden 1996-2008 og 1,1 procent har fået foretaget benamputationer i perioden 1996-2008 – typisk som følge af nervesygdom og hjertekarsygdom i forbindelse med deres diabetessygdom.

Og det går i det hele taget i den stik forkerte retning med at få has på folkesygdommen diabetes. For fremtidsprognoserne ser bestemt ikke gode ud. Således forventes det, at der i 2025 vil være op mod 600.000 danskere, som har diabetes. Og dette betegnes endda af flere eksperter som et konservativt skøn, da det ikke medregner de godt 200.000, der på nuværende tidspunkt ikke er diagnosticeret.



