

Medicinsk Nyhed

En (gammel) vej til total remission af type 2-diabetes

Type 2-diabetes behandles i dag helt overvejende med medicin. Et nyt studie viser, at en total omlægning af diæt i praksis kan medføre komplet remission.

Diæt har tidligere været et stort fokusområde inden for diabetesbehandlingen. Med ny og effektiv medicin kan denne modalitet måske få mindre opmærksomhed. Et studie viser, at en total omlægning af kost hos patienter med type 2-diabetes kommer med potentialet for egentlig remission af sygdommen.

Lektor emeritus Kjeld Hermansen, Institut for Klinisk Medicin, Aarhus Universitet, kommenterer: »Dette imponerende store, nationale observationsstudie: Type 2 Diabetes Path to Remission [T2DR], omfatter 7.540 englændere i alderen 18-65 år, som har haft type 2-diabetes i mindre end seks år. Det primære formål var at bedømme effekten på diabetesremissionen efter et år med en kostomlægning, som udføres i praksis og adskiller sig fra de ressourcekrævende randomiserede, kontrollerede kostinterventioner. Studiet blev udført i ti engelske regioner, hvor en af seks maddistributører i stor skala leverede deltagerne mad, som levede op til forudspecificerede krav. I de første 12 uger af T2DR-studiet var deltageres kalorieindtagelse 800-900 kcal bestående af formulerede produkter som supper, rysteblandinger og energibarer sammen med vejledning. Efter de 12 uger blev mad reintroduceret over 4-6 uger med fokus på at være en sund, balanceret kost, hvor der blev sat individuelle mål for energiindtag og vægt. Dette blev fulgt af en vægtvedligeholdelseskost resten af perioden sammen med vejledning om adfærdsændring og motion. Ud af de 1.740, der startede på T2DR, gennemførte 945 deltagere programmet med registrerede vægtdata. De havde et vægttab på 9,3% eller 10,3 kg. Af de 945 deltagere, som afsluttede programmet, havde 450, 48%, registreret to HbA_{1C}-værdier. Af disse havde 145, 32%, remission med et gennemsnitligt vægttab på 14,4% eller 15,9 kg. For dem med HbA_{1C}-værdier taget på de rette tidspunkter var remissionen dog mindre: 27%, og vægttabet 13,4% eller 14,8 kg. Personer i alderen 50-65 år var mere tilbøjelige til at gennemføre programmet, mens personer med BMI \geq 40 kg/m² og fra socialt belastede områder var mindre tilbøjelige. Sandsynligheden for at opnå remission var størst hos dem med det største vægttab, og som havde lavest HbA_{1C} fra start. Effekten på remission er lavere end det, der er fundet i de randomiserede, kontrollerede kostinterventioner. Klare styrker ved studiet er det store antal deltagere, og at det tager udgangspunkt i praksis i 'den virkelige verden'. Svagheder er, at der ingen kontrolgruppe er med i studiet, at effekten af motion ikke er nærmere belyst i artiklen, og at nogle vægtdata er selvrapporterede. Kun ca. halvdelen gennemførte programmet. Før man kan vurdere den praktiske betydning af studiet, skal det belyses, om interventionsprogrammet er cost-effective og økonomisk bæredygtigt«.

[Valabhji J, Gorton T, Barron E et al. Early findings from the NHS Type 2 Diabetes Path to Remission Programme: a prospective evaluation of real-world implementation. Lancet Diabetes Endocrinol. 2024;12\(9\):653-663.](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(24)00194-3)

[https://doi.org/10.1016/S2213-8587\(24\)00194-3](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(24)00194-3)

Interessekonflikter ingen



Redigeret af Jens Peter Gøtze, jpg@dadlnet.dk