



Í hesi greinarøð, sum er í 10 pørtum, skriva vísindafólk á Fróðskaparsetri Føroya um evni, tey granska.

FRÓÐSKAPARSETUR  
FØROYA

VITAN & VÍSINDI

**MAY-BRITT  
SKORADAL JACOBSEN**  
diabetessjúkrarøktfrøðingur,  
undirvisari á Sjúkrarøktar-  
frøðideildini



# GAMLAMANNASUKURSIJÚKA HÓTTIR TEY UNGU

ALSAMT FLEIRI **UNG** FÁA TYPU 2 **DIABETES** Í ALTIJÓÐA **HØPI**. FØROYSKUR **UNGDÓMUR** ER EISINI Í **VANDA**, TÍ **RISIKOFAKTORAR** SO SUM AT **VIGA** OV **NÓGV** OG AT **RØRA** SEG OV **LÍTID** SÍGGJAST Í **STÓRAN** MUN Í **KANNING** AV 9. FLOKKUM

## Typa 2 diabetes

Tá talan er um diabetes ella sukursjúku verður sum oftast sipað til antin typu 1 ella typu 2 diabetes. Typa 1 diabetes rakar oftast børn og ung og orsøkin til sjúkuna er, at brisið heldur uppat at gera tað lívsneyðuga hormonið insulin. Viðgerðin fyri typu 1 diabetes er tí altíð insulin. Tað er ikki kent, hvat sjúkan stendst av, og tí er heldur ikki møgult at fyrbyggja henni.

Tá talan harafturímóti er um typu 2, framleiðir brisið nóg mikið av insulin. Trupulleikin tá er, at insuliníð ikki virkar nóg væl – hetta verður eisini nevnt »insulinsesistensur«. Tá sleppir sukrið ikki nóg væl inn í vøddakyknurnar, men verður fyri ein stóran part verandi í blóðinum. Harav stendst tað høga blóðsukrið, sum eyðkennir diabetes. Typa 2 diabetes verður oftast staðfest hjá eldri fólki og óivað er tað grundin til, at sjúkan hevur verðið kallað »gamlamanna sukursjúka«. Sjúkueyðkennini eru sjáldan týðilig, og tí kunnu fólk ganga leingi við sjúkuni uttan at varnast hana. Tessvegna hava nógvar longu fingið onkra fylgisjúku, tá tey fara til lækna. Hetta kunnu vera fylgisjúkur so sum fótisár, hjarta-, eygna- og nýrasjúka, sum koma av at sjúkan hevur gjørt um seg í eini 5-10 ár, uttan at vera staðfest. Viðgerðin av typu 2 diabetes er lívsstílsbroyting,



Rørsla og heilsugóður kostur er ein týðandi partur í fyrbyggjandi av typu 2 diabetes

medisinsk viðgerð og hjá fleiri enn helvtini eisini insulinviðgerð.

## Liviháttur avgerandi

Størstu risikofaktorarnir í mun til typu 2 diabetes eru tengdir at tí livihátti, sum eyðkennir tíðina vit liva í. Væntandi rørsla, yvirvekt og búkfeti eru nakrir av teimum. Rørsla er ikki longur ein sjálvsagdur partur av gerandisdegnum og kostvanarnir eru eisini broyttir munandi. Hetta hevur ført við sær »lívstílsjúkur«, har í millum typu 2 diabetes. Trupulleikin við typu 2 diabetes er, sum áður nevnt, at insuliníð virkar illa. Um ein rører seg ov lítið og vigar ov nógv, virkar insuliníð enn verri.

Ættarbregði tykist eisini at hava stóran týdning, tá talan er um typu 2 diabetes. Tað vísir seg, at um annað foreldrið hevur typu 2 diabetes er lívslangi

vandin at fáa typu 2 diabetes 40%, og um bæði foreldrini hava sjúkuna, er hann 80%. Hetta skal haldast upp í móti, at vandin annars er 10%. Vandin er kortini minni fyri øll, um tey liva heilsugott.

## Liva styttri

Sambært danska Heilsustýrinum liva fólk við diabetes styttri í mun til restina av fólkinum. Hetta er tó broytt munandi seinnu árin. Í Danmark er »ovurdeyðilgheitin« nevnliga farin frá 91% í 1997 til 57% nú. Hildið verður, at orsøkin til fallið er, at sjúkan verður staðfest fyrr, og at viðgerðin er vordin betur.

Tað er sostatt av stórum týðningin, at typa 2 diabetes verður staðfest tíðliga og at rætta viðgerð verður sett í verk, so fylgisjúkur verða fyrbyggdar. Hesar fylgisjúkur raka ofta hjarta og

blóðrenslid, og eru í stóran mun darvandi – og tá ið ringast vil til, føra tær til avlamni og deyða.

Um typa 2 diabetes verður fyrbyggd ella staðfest í góðari tíð, kann kostnaðurin fyri sjúklingin, sjúkrahúsvirkið, og samfelagið harafturat minkast munandi.

## Støðan í Føroyum

Eingin almenn tøl eru enn, sum siga nakað um støðuna viðvíkjandi typu 2 diabetes í Føroyum. Í øðrum londum kalla granskarar typu 2 diabetes fyri eina farsótt, tí at talið av teimum, sum fáa sjúkuna veksir so skjótt, og tey, sum fáa sjúkuna eru alsamt yngri. Í Føroyum mæta sjúkrarøktarfrøðingar sjúklingum við typu 2 diabetes á øllum økjum í heilsuverkinum og uttan at kenna talið, tykist bólkurin at vera stórir. Hendan sannroynd setti gongd á tankan um at kanna støðuna viðvíkjandi typu 2 diabetes í Føroyum. Valt varð at byrja við teimum ungu, tí at her kundi møguliga munagott fyrbyggjandi arbeiði, sum hevur langtíðar ávirkan, setast í verk, um tørvur varð funnin at vera á tí.

## Tey ungu í Føroyum

Í 2010-2011 varð farið undir at kanna allar 9. floks næmingar fyri vandan fyri typu 2 diabetes. Endamálið við