Tanja Thybo,
Chef for Forskning & Viden

Velkommen til spor 1

Snuden i sundhedssporet



1 GENERELT

Diabetes er en kronisk sygdom

FAKTA

Man har den hele livet – 24 timer i døgnet.

Man træffer mange beslutninger hver dag om mad, motion og medicin.

Det kan give diabetesstress.



NYE ANBEFALINGER

Spørg til diabetesstress

Første europæiske retningslinje om diabetesstress (EASD 2025).

Behandlere skal spørge til det ved kontrol – og tilbyde hjælp.

TEKNOLOGI

Teknologi kan lette byrden

Sensorer og pumper, der selv justerer insulinen, giver færre beslutninger i hverdagen.

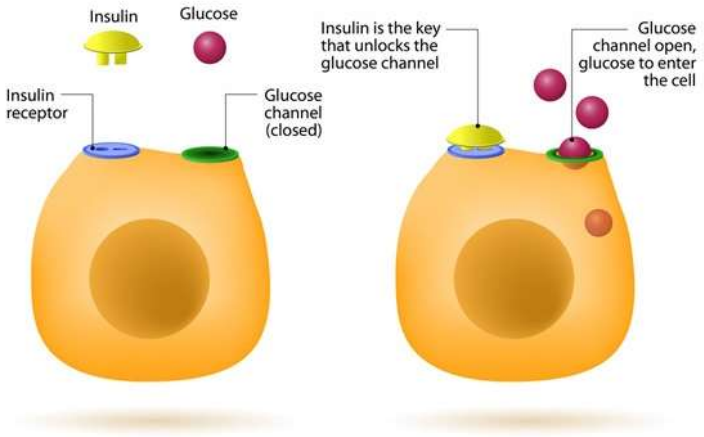
2 GENERELT

Det handler om insulin

FAKTA

Insulin er et hormon, der hjælper sukker fra blodet ind i cellerne.

Mangler insulin – eller virker den ikke optimalt – stiger blodsukkeret.



BEHANDLING

Insulin med pen eller pumpe

Alle med type 1 og nogle med type 2 eller anden type diabetes får insulin.

NYT I MEDICIN

Insulin én gang om ugen

Færre stik – især for type 2. Desværre ikke godkendt til tilskud i DK.

NY TEKNOLOGI

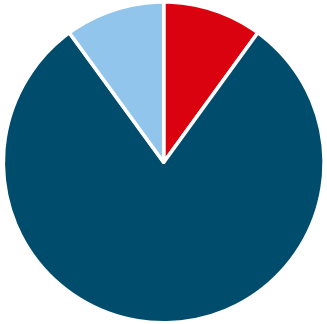
Fuldautomatiske pumper

Eller mulighed for autopilot i perioder.

3

GENERELT

Fordelingen: cirka 80 / 10 / 10



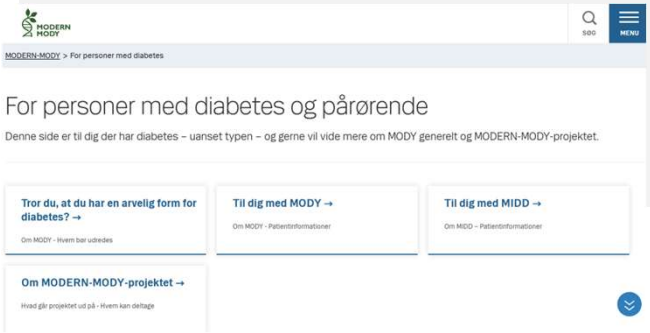
FAKTA

Ca. 8 ud af 10 har type 2-diabetes.

1 ud af 10 har type 1-diabetes.

1 ud af 10 har en anden type diabetes.

Den rigtige diagnose betyder den rigtige behandling.



OVER 30 TYPER – FX:

LADA

Langsom type 1 hos voksne. Forveksles ofte med type 2.

MODY

Arvelig. Skyldes én genfejl. Rammer flere i familien.

Graviditetsdiabetes

Går oftest væk efter fødslen. Øger risikoen for type 2.

Type 3c

Efter sygdom i bugspytkirtlen, fx betændelse eller kræft.

Medicin-udløst

Fx efter længere tids behandling med binyrebarkhormon.

Type 5

Skyldes underernæring i barndommen. Anerkendt i 2025.

4 GENERELT

Alle typer oplever stigma og fordomme

”Har du spist for meget sukker?”

Diabetes er ikke selvforskyldt. Fordomme kan give skam – og gøre det sværere at passe sin diabetes.

VI ARBEJDER FOR

At gøre op med myter og fordomme om alle typer diabetes

FORSKNING

Stigma er meget almindeligt

Omkring **7 ud af 10** med type 1-diabetes og ca. **6 ud af 10** med type 2-diabetes oplever fordomme om diabetes. (Livet med diabetes 2023)





5

GENERELT

Der forskes intensivt

I ny medicin, kost, teknologi og forebyggelse.

VI ARBEJDER FOR

Diabetesforeningen støtter forskning, forsker selv, og giver viden videre til medlemmer, politikere og behandlere.



NYT I MEDICIN

Flere slags GLP-1 (Ozempic)

Ugentlig insulin

Medicin der kan udskyde type 1-diabetes

NYT I TEKNOLOGI

Glukose- og ketonsensor i én

Fuldautomatiske pumper

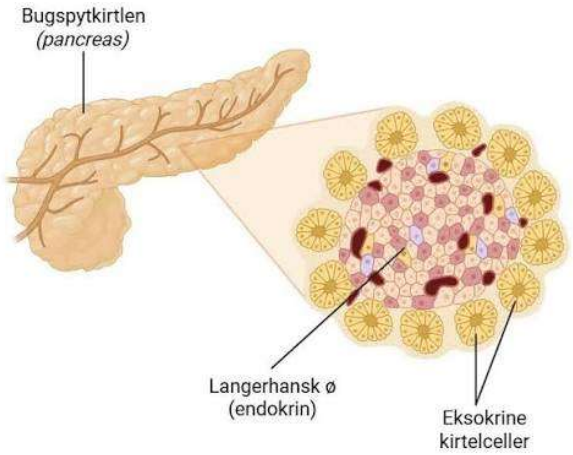
Periodisk brug af sensor

1 TYPE 1-DIABETES

Man ved ikke, hvorfor man får type 1-diabetes

FAKTA

Immunforsvaret angriber de celler i bugspytkirtlen, der laver insulin.



FORSKNING

Årsager

En tidlig virusinfektion kan spille en rolle i udviklingen af type 1-diabetes

Antibiotikabehandling og kejsersnit kan også spille en rolle.

FORSKNING

Arvelighed

Har en mor type 1-diabetes, er risikoen for, at barnet får sygdommen cirka 2 procent

Har en far type 1-diabetes, er risikoen cirka 5 procent

Har begge forældre type 1-diabetes, er risikoen for, at barnet også får diabetes oppe på 5-20 procent.

2

TYPE 1-DIABETES

Behandles med insulin – enten pen eller pumpe

FAKTA

Kroppen laver ikke selv insulin. Det skal tilføres hver dag.

Man tæller kulhydrater og doserer efter blodsukker, mad og motion.

VI ARBEJDER FOR

At alle med type 1-diabetes får mulighed for den nyeste teknologi – lige nu AID (automatisk insulindosering)

NY TEKNOLOGI

Pumpen klarer måltiderne selv i fremtiden

Fuldt lukket loop: ingen kulhydrattælling og ingen insulin til maden.

CamAPS Liberty – europæisk godkendt 2026.

Kommer snart til myLoop AID-brugere*

* Afventer lokale markedsgodkendelser og tilgængelighed

NY TEKNOLOGI

Sensor til både glukose og ketoner

Libre Duo måler både blodsukker og ketoner – og advarer mod syreforgiftning.

CE-mærket 2026.



3

TYPE 1-DIABETES

Ca. halvdelen med type 1 får sygdommen, inden de fylder 30 år

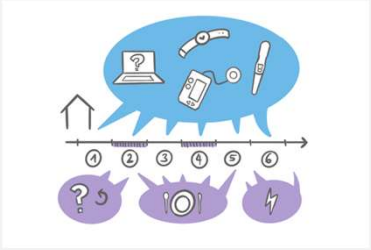
FAKTA

Type 1 er ikke kun en børnesygdom. Den kan opstå i alle aldre.

Men de fleste kvinder vil opleve både en hormonel cyklus og overgangsalder.

VI ARBEJDER FOR

Mere viden om type 1-diabetes og cyklus gennem TIMES-studiet

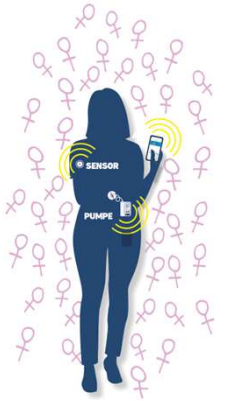


Mere viden om overgangsalder

CYKLUS

Teknologi tager ikke cyklus med i algoritmen

Insulinbehovet stiger typisk i anden halvdel af cyklus.
Så kvinder skal holde dobbeltregnskab
– selv med det nyeste udstyr



OVERGANGSALDER

Insulinbehovet ændrer sig

Men der er endnu ikke et tydeligt mønster
Symptomer på overgangsalder kan forveksles med fx lavt blodsukker

4

TYPE 1-DIABETES

Man kan nu screene og finde dem, der er ved at udvikle type 1-diabetes

FAKTA

En blodprøve kan vise antistoffer, længe før man får symptomer.

Så kan familien forberedes – og barnet undgår at blive akut sygt med syreforgiftning.

VI ARBEJDER FOR

National målrettet opsporing af type 1-diabetes ved at teste børn i 2, 6 og 12 års alderen.



ALLIANCEN FOR T1DLIG OPSPORING

TIDLIG OPSPORING

Man kan opdage type 1-diabetes før udbrud

Hvis man har 2 eller flere auto-antistoffer vil man med stor sikkerhed udvikle type 1-diabetes inden for få år.

NYT I MEDICIN

Medicin der bremser immunforsvaret

Teplizumab kan udskyde, hvornår man får brug for insulin.

Den første medicin, der griber ind i selve sygdommen. Godkendt i Europa, og ansøgning behandles nu i DK.

Medicon Valley Alliance

Steno Diabetes Center Copenhagen

diabetes foreningen

sanofi

DiaUnic

5 TYPE 1-DIABETES

Behandling og kontrol foregår på et diabetesambulatorium

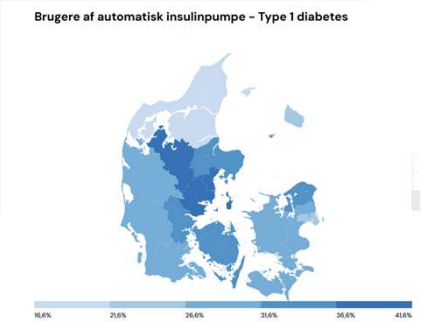
FAKTA

Ved kontrol ser man på blodsukker, udstyr og trivsel. (PRO: dine egne svar i et spørgeskema)

Øjne, nyrer og fødder tjekkes, så følgesygdomme opdages tidligt.

VI ARBEJDER FOR

At ens postnummer ikke bestemmer, hvilken behandling man får.



NYT I MEDICIN

Ozempic til type 1? Nyt Steno - studie

- US Studie: Ozempic til voksne med type 1 og svær overvægt gav 23 % mindre insulinbehov.
- DK Studie: Ozempic forbedrede HbA1c med 6 mmol/mol

NYE ANBEFALINGER

Eget udstyr på hospitalet

Ny ADA/EASD-vejledning om brug af egen sensor og pumpe under indlæggelse.

1

TYPE 2-DIABETES

De tre hyppigste symptomer er de tre T'er

FAKTA

Træthed, tørst og tissetrang.

Symptomerne kommer snigende.

Derfor har ca. 100.000 danskere type 2 uden at vide det.

VI ARBEJDER FOR

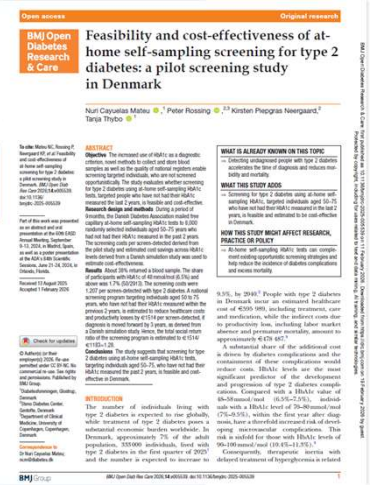
Tidlig opsporing gennem et nationalt screeningsprogram



TIDLIG OPSPORING

Vi har vist, at det kan betale sig

For hver krone investeret i målrettet opsporing, får vi 1,28 kroner igen.


BMJ Open Diabetes Research & Care

Feasibility and cost-effectiveness of at-home self-sampling screening for type 2 diabetes: a pilot screening study in Denmark

PRÆDIABETES

500.000 har prædiabetes

1 ud af 5 udvikler type 2-diabetes inden for 5 år

2

TYPE 2-DIABETES

Det er ikke selvforskyldt – det kan ramme alle

FAKTA

Risikoen stiger med alder og vægt – og type 2 er arveligt.

Har en forælder type 2, fordobles risikoen. Har begge, firdobles den.

VI ARBEJDER FOR

At gøre op med myten om, at type 2-diabetes er

selvforskyldt



NYE ANBEFALINGER

Unge skal hurtigt i gang

Får man type 2 før 40 år, mister man hurtigere sin egen insulinproduktion. Derfor skal behandlingen hurtigt i gang.

FORSKNING

Vægt er ikke hele forklaringen

8 ud af 10 med type 2 har overvægt

– men kun 1 ud af 10 med overvægt har type 2.

Gener, alder, stress, fødselsvægt og medicin spiller også ind.

3

TYPE 2-DIABETES

Behandles med kost, motion og medicin

FAKTA

Mange starter med kost og motion.

De fleste får med tiden brug for medicin – fx tabletter, pen eller insulin. Den rette medicin er forskellig fra person til person.

VI ARBEJDER FOR

At alle, der fik taget deres Ozempic, skal have lov at få det tilbage





Anton Pottegård, professor ved Syddansk Universitet og sidstforfatter på studiet, og Tanja Thybo, forskningschef i Diabetesforeningen. Pottegård fremhæver, at kun en del af patienterne stoppede eller skiftede behandling, mens Thybo kritiserer, at mange efter stoppet ikke begyndte på en ny type diabetesmedicin.

Dansk studie: Patienters blodsukker steg efter stop med Ozempic

Skrevet af Henrik Reinberg Simonsen den 28. september 2026 i kategorien Diabetes.

NYE ANBEFALINGER

Beskyt hjerte og nyrer tidligt

Organbeskyttende medicin som Ozempic og/eller Jardiance og Forxiga kan startes tidligt – evt. allerede ved diagnosen.

FORSKNING

Ny medicin

Der forskes intensivt i nye former for medicin som Ozempic – både på pen og som tablet.

4

TYPE 2-DIABETES

Man kan gå i remission

FAKTA

Normalt blodsukker uden medicin.

Men man har stadig sygdommen – og skal fortsat til kontrol.

VI ARBEJDER FOR

Vi er med i Advisory Board i OnLimit-studiet.



NYE ANBEFALINGER

Vægttab tidligt

10–15 % vægttab tidligt i forløbet øger chancen for remission.

Ingen diæt passer til alle – fx middelhavskost, nordisk kost eller lavkulhydrat.

NYT STUDIE

5-årigt OnLimit-studie

Stort studie, der foregår på Steno Centrene. Skal undersøge, om det er muligt at opnå og vedligeholde remission af type 2-diabetes ved hjælp af vægttab og livsstilsændringer.
Projektet løber fra 2025 til 2030 og involverer omkring 1.500 deltagere med type 2-diabetes

5

TYPE 2-DIABETES

Behandling foregår som regel ved egen læge

FAKTA

Egen læge står for konsultation og medicin.

Er det kompliceret, kan man blive henvist til hospitalet/Steno.

VI ARBEJDER FOR

Kronikerpakker

Periodisk sensor

2Sense

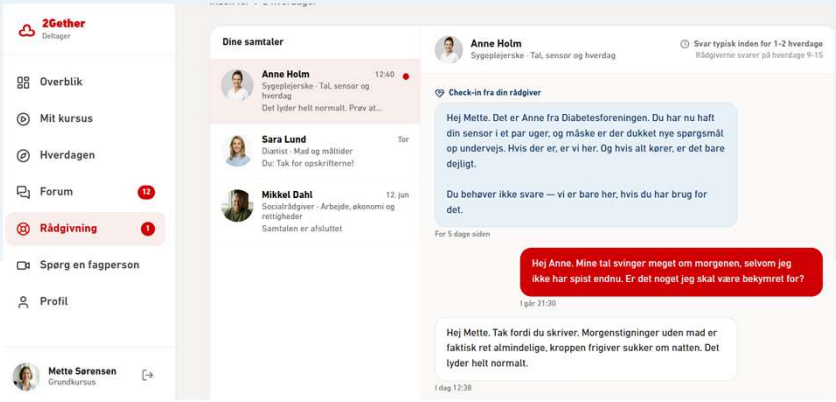
NYE ANBEFALINGER FRA ADA/EASD

Sensor til flere med type 2-diabetes

Anbefales især til dem, der tager insulin.

Som noget nyt anbefales **periodisk brug af sensor.**

NYT UNIVERS – 2GETHER



Tid til et PITSTOP

- Om lidt går vi tilbage til salen
- I sætter jer ved et tilfældigt bord og meget gerne med nogen I ikke har siddet med før. Der skal være 3-5 personer ved hvert bord.
- Brug jeres kort med pointer fra det her faglige spor til at fortælle kort om hvad I har taget med jer
- På bagsiden er der mulighed for at skrive nye tanker og indsigter fra de andre spor ned.

