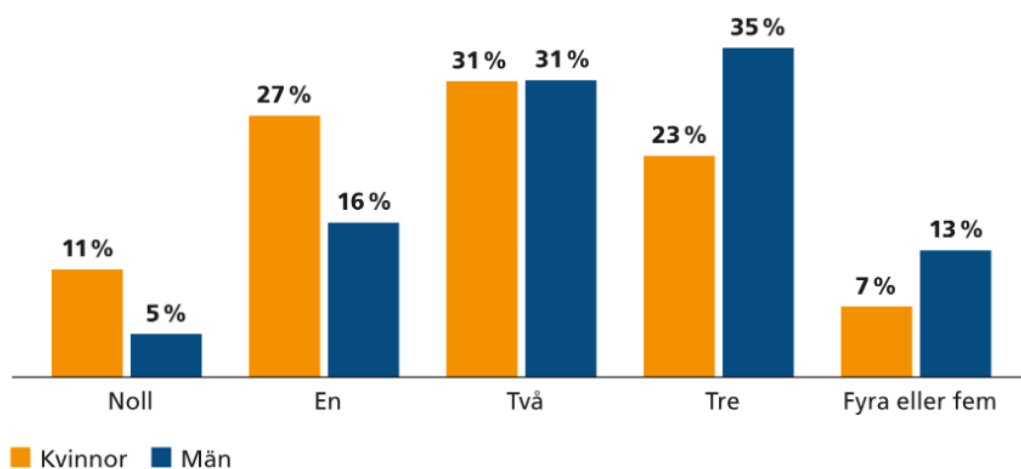


## Vi har inte råd att inte förebygga diabetes

Den svenska folkhälsopolitiken ska skapa samhällseliga förutsättningar för en god och jämlik hälsa i hela befolkningen och sluta de påverkbara hälsoklyftorna inom en generation. Ett av målen handlar om vikten av hälsosamma levnadsvanor som främjar en god hälsa. Det kan verka som ett diffust mål, svårt att mäta och svårt att uppnå. Men det går att göra både konkret och allra högsta grad mätbart. En stor risk många av oss riskerar är att utveckla typ 2 diabetes. En sjukdom som påverkar livet påtagligt med stort lidande, begränsningar i vardagen, risk för följsjukdomar och som dessutom innebär stora vårdkostnader - för regionen och i grunden oss alla som skattebetalare. Det är inte någon ny kunskap. Både vårdprofessionerna och beslutsfattarna har god kännedom om konsekvenserna och riskerna. De finns kartlagda och beräknade. Senast folkhälsorapporten 2023 från region Stockholm talar sitt tydliga språk.

*”De metabola riskfaktorerna, alltså högt blodtryck, högt blodsocker, övervikt, högt kolesterol samt nedsatt njurfunktion är mycket vanliga bland invånare i Stockholms län. Hela 92 procent av individer i åldrarna 50–65 år har minst en metabol riskfaktor (se figur 1). De metabola riskfaktorerna orsakas delvis av ohälsosamma levnadsvanor och de orsakar ofta också varandra (2, 3). Det innebär att det är vanligt att en person har flera metabola riskfaktorer. I åldrarna 50–65 år har 76 procent av de som har en metabol riskfaktor minst en riskfaktor till, och hela sju procent av kvinnorna och tretton procent av männen har minst fyra metabola riskfaktorer. De metabola riskfaktorerna är vanligare hos män än hos kvinnor (SCAPIS).”*

Antal metabola riskfaktorer



Figur 1. Andel (%) i åldrarna 50–65 år som har en eller flera av de fem metabola riskfaktorerna högt blodtryck, högt blodsocker, övervikt, högt LDL-kolesterol och nedsatt njurfunktion, i Stockholms län år 2013–2018, uppdelat efter kön. Källa: SCAPIS.

Diabetes Stockholm har under de senaste åren på olika sätt påtalat behovet att minska andelen som insjuknar i typ 2 diabetes. Förstadiet till typ 2 diabetes, är prediabetes. Även prediabetes går att upptäcka och med rätt insatser då går det att utan alltför omfattande insatser undvika att utveckla typ 2 diabetes. Men det förutsätter att vården har ett preventivt förhållningssätt och att vi klarar av att rikta resurser till det förebyggande arbetet.

Region Stockholm antog en diabetesplan december 2020 med flera bra förslag.

- Erbjud stöd till att förändra ohälsosamma levnadsvanor till personer som har ökad risk att utveckla diabetes inklusive personer med prediabetes.
- Samarbeta med andra samhällsaktörer inom preventionsarbetet för att nå särskilt utsatta grupper.



Under två år har en modell med Hälsokontrakt (Health Impact Bonds) testas i regionen. Det är ett upplägg där externa investerare går in och finansierar särskilt riktade insatser för att vända hälsoutvecklingen så att sjukdom kan undvikas. Regionen betalar när det lyckas och då får de externa återbäring på sin investering. Vinsten för regionen blir att kostnaderna för vård minskar. Den genomsnittliga totala vårdkostnaden för en person med typ 2 diabetes är nästan 4,5 gånger högre än för en person utan typ 2 diabetes.

<https://www.regionstockholm.se/contentassets/5b08e0c836e2479588f6bf01204d5c61/faktablad-halsoobligationen-230913.pdf>

Regionerna står i dagsläget inför en stor utmaning, sämre ekonomiska förutsättningar och vårdköer som är växande. Samtidigt har vi en åldrade befolkning och en ökad sjukdomsburda relaterat till hälsa och livsstil. Risken är att de akuta behoven är så pockande och påtagliga att välfungerande preventiva insatser prioriteras bort med konsekvensen att vi bygger på den redan höga vårdskulden.

Även regeringen har insett allvaret i situationen och har i höstbudgeten lagt in 10 miljoner för att stötta och stimulera kommuner och regioner till mer innovativa investeringsmodeller för sociala investeringar, där olika aktörer i samhället tillsammans adresserar specifika samhällsutmaningar i syfte att uppnå förbättrade sociala och hälsomässiga utfall.

<https://www.regeringen.se/pressmeddelanden/2023/09/regeringen-vill-framja-mer-innovativa-och-kunskapsbaserade-folkhalsoinsatser/>

Från Diabetes Stockholm ser vi att regionen inför kommande budget måste klara av att "Mota Olle i grind", och se till att färre utvecklar diabetes. Det är viktigt både för individens skull och för att undvika ökande kostnader i framtiden.

Emma Henriksson  
Ordförande i Diabetes Stockholm

**Adress**  
Upplandsgatan 3  
111 23 Stockholm

**Kontakt**  
08-654 00 40  
[info@diabetesstockholm.se](mailto:info@diabetesstockholm.se)  
[www.diabetesstockholm.se](http://www.diabetesstockholm.se)

**Org.nr.** 802005-8650

**Bankgiro** 550-4063