



**DANSK
SELSKAB FOR
SPORTS
FYSIOTERAPI**

Hørings svar fra Dansk Selskab for Sports Fysioterapi (DSSF) på udkast til Nationale klinisk retningslinje for rehabiliterende sundhedsindsatser til patienter med type 2 diabetes

DSSF takker for tilsendelsen af udkast til høring. Vi er glade for at få muligheden for at komme med vores input. Det er med stor interesse vi har læst høringsversionen omkring rehabilitering af patienter med type 2 diabetes (T2D) og vi takker for muligheden. I det følgende har vi lagt vægt på afsnit omhandlende træning.

- DSSF er enige i at superviseret træning er mere effektiv end råd om fysisk aktivitet for størstedelen af T2D patienterne, og støtter fuldt op om at specifikt kombineret træning er det mest gavnlige, så der både trænes kredsløb og opbygges muskelmasse. Muskelmassen er et vigtigt væv for lagring af glukose, og ved øget muskelmasse, vil glukoseoptagelsen øges og dermed blodsukkeret sænkes.
- Det undrer os at der primært fokuseres på HbA1c, da dette er et udtryk for langtidsblodsukkeret gennem de sidste 4-6 uger. Det vil være en ulempe at fokusere på dette hos patienter med god glykæmisk kontrol. Det ville være relevant at se glukosetolerancen som outcome også - som giver et dynamisk billede af hvor god kroppen er til at omsætte glukose og hvor hurtigt det sker. Endvidere vil det ikke være optimalt at se på HbA1c over kortere perioder.
- DSSF er ikke enige i anvendelsen af BMI som måleredskab, når outcome er effekten af træning og særlig styrketræning. Et BMI vil ikke ændre sig så meget, hvis man tager på i muskelmasse samtidig med at man taber fedt. Det der er interessant er jo kropssammensætningen dvs mængden af muskler og fedt og i høj grad abdominalt fedt.
- DSSF kan kun støtte op omkring træning også til type 2 diabetikeren med komplikationer, men træning skal helt sikkert tilpasses den enkelte patient. Forskning peger på evidens for træning til alle diabetikere uanset komplikationer - det er blot et spørgsmål om den rigtige type af træning og det rette niveau.
- DSSF kan tillige også tilslutte sig anbefalingerne om at tilbyde T2D patienter træning 2-3 gange om ugen i min 10 uger. Fokus bør være langsigtet og gerne medføre en livsstilsændring fremfor en kort "træningskur", som kun vil genererer resultater på kort sigt.

Med venlig hilsen

Dansk Selskab for Sports Fysioterapi