

## Forebyggelsesindsats i type-2 diabetes

### Målgruppe

Målgruppen i pågældende indsats er børn, børnebørn, søskende og samlever/ægtefælle til borgere med type-2 diabetes i Ishøj. 1532 personer i Ishøj Kommune er diagnosticeret med type 2 diabetes (1), hertil estimeres at hver person med diabetes må have minimum to pårørende, således består målgruppen af 3064 personer. Det forventes at deltagerantal pr. hold er max 20 personer. Der vil være fire sideløbende hold pr. 4 mdr. Det samlede antal deltagere pr. år kan derfor max være 240.

Det aldersmæssige interval for målgruppen estimeres til at være de 30-60 årige borgere, idet motivation af borgere yngre end ca. 30 år vil være en større udfordring, da debut af diabetes i den alder synes mere hypotetisk end en reel risiko. Sigtet med indsatsen er, at nå et så bredt udsnit af Ishøjs borgere som muligt, der har en forhøjet risiko for at udvikle sygdommen sammenlignet med baggrundsbefolkningen (2).

Tilbuddet gælder både pårørende til en person med type-2 diabetes samt personen med type-2 diabetes (hvis denne ønsker at deltage) – dog skal alle deltagerne være borgere i Ishøj Kommune.

### Måleparametre

Formålet med forestående kursus er, at skabe mulighed for sundere levevis for borgeren i Ishøj, der kan være med til at forebygge type-2 diabetes. Ifølge The Diabetes Prevention Program (DPP) kan livsstilsændringer/sundere levevis medvirke til at prævalensen i type-2 diabetes kan reduceres med op til 58% og forsinke debut af type-2 diabetes (3). Kurset har som overordnet mål at medvirke til sundere levevis ved at øge borgernes handlekompetence og mestringsevne i forhold til egen sundhed. Udvikling af handlekompetence indebærer, at borgeren kan foretage intenderede til- og fravalg i forhold til egen sundhed. Dette dannesperspektiv anses for essentielt i sundhedsfremme forskningen. For at kunne muliggøre en evaluering af kursets frugtbarhed læner undervisningens sigte sig op ad tre af handlekompetence-begrebets delkomponenter: *handleerfaringer*, *viden* og *motivation* (4) (5) (6).

*Handleerfaringer* tilstræbes opnået gennem kursets praksisorienterede dimension som er madlavning. *Indsigt* tilstræbes opnået gennem formidling af relevant viden. Undervisningen vil baseres på dialog med udgangspunkt i kursusdeltagernes ståsted i forhold til sundhedsviden. *Motivation* søges i den enkeltes ressourcer for deltagelse og ønske om ændringer i levevis.

Evaluering af kurset vil tage udgangspunkt i ovenstående delkomponenter af handlekompetence. Evalueringen vil ske ved hjælp af en spørgeskemaundersøgelse, der involverer både på forhånd udarbejdede spørgsmål, der henviser til graden af udbytte og åbne spørgsmål med mulighed for uddybning af den selvoplevede udbytte. Succeskriteriet vil være, hvis over 50% af deltagerne svarer 'i høj grad' og 'i meget høj grad' til de forskellige spørgsmål i spørgeskemaundersøgelsen af kurset.

1. FOLK1: Folketal 1. januar 2013 efter kommune. Statistikbanken 2014.
2. Tal på diabetes 2007-2012. Sundhedsstyrelsen 2013.
3. The Diabetes Prevention Program. Description of lifestyle intervention (2002). The Diabetes Prevention Program Research Group. DOI: 10.2337/diacare.25.12.2165.
4. Jensen, Bjarne Brun, Wilaing I, Andersen, J (2015) Når sundheden skal frem. Fem principper der sætter kursen for sundhedsfremmeforskningen på Steno Diabetes Center. Gentofte, Steno Diabetes Center.
5. Jensen, B. B. & Schnack, K. (1997). The Action Competence Approach in Environmental Education. In: *Environmental Education Research*.
6. Tones, K. (2002) Reveille for Radicals! The Paramount purpose of Health Education? In: *Health Education Research*.