

D2D -HANKE

Suurhankkeella tyypin 2 diabeteksen ehkäisyyn

Tausta

Suomalainen DPS-tutkimus (Tuomilehto ym.2001) on osoittanut, että elintapamuutoksilla voi ehkäistä tai ainakin siirtää tyypin 2 diabetesta henkilöillä, joiden sairastumisriski on kohonnut. Sairastumisriskiä alentavat painonpudotus, ravintotottumusten korjaaminen ja liikunnan lisääminen sekä tupakoimattomuus. Mitä useampia suotuisia elintapamuutoksia tehdään, sitä enemmän sairastumisriski pienenee.

Suomessa on käynnistetty suurhanke tyypin 2 (aikuistyyppin) diabeteksen ehkäisemiseksi. Lisätietoa hankkeesta saa: http://www.diabetes.fi/sivu.php?artikkeli_id=75 Niin kutsutun D2D -hankkeen vaikutuspiirissä on lähes 150 kuntaa ja noin 1,5 miljoonaa suomalaista. Hankkeen avulla kehitetään terveyskeskuksiin ja työterveyshuoltoon uusia toimintamalleja, joilla ehkäistään tyypin 2 diabetesta ja samalla siihen liittyviä sydän- ja verisuonisairauksia, jotka ovat aikamme suurimpia kansanterveysongelmia.

Diabetesliitto julkaisi vuonna 2003 Tyypin 2 diabeteksen ehkäisyohjelman. D2D-hanke testaa ehkäisyohjelman toimintamalleja käytännössä ja arvioi ohjelman vaikuttavuutta, kustannusvaikuttavuus mukaan lukien. Hanke tuottaa tietoa, joka tukee ehkäisyohjelman toteuttamista koko maassa.

Tavoitteet

D2D-hankkeen tavoitteena on ohjata 25–65 vuotiaat kohonneen sairastumisriskin omaavat henkilöt tyypin 2 diabeteksen ehkäisyyn piiriin sekä seurata sairauden riskitekijöiden kehittymistä sekä lisätä väestön tietoisuutta tyypin 2 diabeteksestä ja sen vaaratekijöistä.

Korkean sairastumisriskin omaavia henkilöitä tavoitetaan muun muassa tyypin 2 diabeteksen riskitestilomakkeen avulla. Riskitestilomakkeen voi täyttää itse, normaalin vastaanottokäynnin yhteydessä, suunnatuissa terveystarkastuksissa, apteekkeissa tai sähköisesti: <http://www.diabetes.fi/testit/riskitesti/> D2D -hanke pyrkii tavoittamaan myös henkilöitä, joilla on havaittu tyypin 2 diabetekselle altistavia tekijöitä, kuten kohonnut paastoglukoosi tai heikentynyt glukoosinsieto, raskausdiabetes, sepelvaltimotauti tai muu valtimotauti.

Korkean tyypin 2 diabetesriskin löydyttyä henkilö ohjataan terveydenhoitajan, sairaanhoitajan, diabeteshoitajan tai työterveyshoitajan vastaanotolle. Siellä sovitaan sairauden ehkäisyyn jatkotoimenpiteistä, kuten elintapamuutoksia tukevaan yksilö- tai ryhmäohjaukseen osallistumisesta. Monet jo olemassa olevat toimintamuodot, esimerkiksi painonhallintaryhmät: <http://www.ouka.fi/sote/terveys/edistaminen.htm> ja liikuntaryhmät: http://www.ouka.fi/liikunta/liikpalv/terv_lii.html tukevat tyypin 2 diabeteksen ehkäisyä.

D2D -hanke toteutetaan Pirkanmaan, Etelä-Pohjanmaan, Keski-Suomen ja Pohjois- Pohjanmaan sairaanhoitopiireissä vuosina 2003–2007. Pohjois-Savon sairaanhoitopiiri on ollut mukana vuodesta 2005. Sairaanhoitopiirien lisäksi hankkeessa ovat mukana Kansanterveyslaitos ja Diabetesliitto. Hankkeen rahoituksesta vastaavat sairaanhoitopiirit, sosiaali- ja terveysministeriö sekä Raha-automaattiyhdistys. Oulu on ollut hankkeessa mukana vuodesta 2004.

Yhteystiedot

Anni Alatulkkila
Terveydenhoitaja
Puh. 040 543 0477