

Folkesygdomme går hånd i hånd

Har man diabetes, har man øget risiko for at få knogleskørhed. Det er et faktum, som 62-årige Jørn Ullits har måttet sande på egen krop. Efter 13 år med type 1-diabetes fik han for tre år siden konstateret knogleskørhed.

• *Portræt af Jørn Ullits*

► Jørn Ullits havde allerede levet med diabetes i 13 år, da han for tre år siden fik stillet diagnosen knogleskørhed.

Foto: Privat.



"Jeg er god til at søge informationer, og derfor kom det ikke bag på mig, at jeg havde knogleskørhed." Det fortæller 62-årige Jørn Ullits fra Randers, der siden han fik konstateret type 1-diabetes for omkring 15 år siden har indhentet stor viden om sin diagnose via internettet, og i den forbindelse tidligt blev opmærksom på, at man som diabetes-patient har øget risiko for at få knogleskørhed.

"Min mor havde også knogleskørhed, hun brækkede af samme

grund begge lårben på skift og kom aldrig til at gå igen. Derfor var jeg særligt interesseret i at læse om knogleskørhed, også før jeg selv havde fået stillet diagnosen. Knogleskørhed kan jo gå i arv, og jeg vidste, at jeg med to risikofaktorer havde stor risiko for at få sygdommen selv", fortæller han.

Ikke overrasket

Jørn var dog på forkant med de læger, som stod for den kvartalsvise kontrol af hans diabetes på endokrinologisk afdeling på

Randers Sygehus: "Jeg spurgte for seks år siden lægerne, om jeg ikke også burde blive undersøgt for knogleskørhed, men det var ikke nødvendigt, svarede de, for det ville man kunne se ud af de blodprøver, som jeg fik taget hver tredje måned. Det syntes jeg lød betryggende, for det lod jo så til, at de holdt øje med mig."

Det blev dog ikke lægerne på Randers Sygehus, som endte med at stille diagnosen. Det gjorde Jørns praktiserende læge i forbindelse med en konsultation i

” Knogleskørhed kan jo gå i arv, og jeg vidste, at jeg med to risikofaktorer havde stor risiko for at få sygdommen selv

anden anledning for et par år siden. Lægen bemærkede, at Jørn var faldet lidt sammen over skuldrene, og at det kunne være tegn på sammenfald i ryggen. Hun henviste derfor Jørn til røntgenundersøgelse og DXA-skanning, og det viste sig ganske rigtigt, at Jørn havde knogleskørhed - endda i svær grad - og to brud på den nederste del af rygsøjlen. I begyndelsen blev han behandlet med ugetabletter, men da han ikke kunne tåle dem, skiftede lægen medicinen ud til fordel for en årlig indsprøjtning med Aclasta.

”Hverken diagnosen eller brudene på rygsøjlen kom som en overraskelse for mig. Jeg havde over længere tid haft mistanke om, at der var noget galt, for i de senere år har jeg mærket en ømhed i ryg og hofte, som jeg aldrig har haft før. Den viser sig især, hvis jeg sidder eller ligger ned i længere tid, eller hvis jeg står foroverbøjet over noget. Så skal jeg op og strække ud og gå lidt rundt for at sætte det hele lidt på plads. Det hjælper, men det betyder jo så også, at jeg ikke er ligeså effektiv som tidligere, når jeg udfører mit arbejde”, fastslår han.

Tager det hele lidt fra oven
Jørn har i mange år haft akvarier og akvarieplanter som hobby, og i 2009 besluttede han sig for at

starte sin egen forretning med salg af akvariegødning over nettet. Det kræver bl.a. håndtering af 25 kilo store sække og påfyldning af flasker i foroverbøjet stilling.

”Tidligere kunne jeg blive ved med at fylde flasker i timevis, men det går ikke i dag, og når der skal slæbes rundt med de store sække, er jeg nødt til at bede min søn om hjælp. Så min ryg sætter store begrænsninger for mit arbejde”, siger Jørn, der også på andre områder i hverdagen er udfordret af sit helbred.

”Jeg er diagnosticeret med en hel cocktail af forskellige sygdomme. Diabetes og knogleskørhed er bare to af dem, så sygdom fylder en del i mit liv. Jeg er fx blevet dårligere gående - måske på grund af min diabetes - og jeg er også lidt bekymret for mit blod-sukker, som jeg - selvom jeg tager min insulin, som jeg skal - har oplevet kan falde så lynhurtigt, at jeg besvimer uden varsel. Det gør, at jeg ikke kommer så meget ud og omkring, som jeg gerne ville. Men jeg er heldigvis skruet sådan sammen, at jeg er god til at tage det hele lidt fra oven, og få det bedste ud af det, som jeg alligevel ikke kan gøre så meget ved. Jeg kommer måske ikke så meget ud, men jeg har en stor kontaktflade

via internettet, hvor jeg er med i adskillige grupper og chatfora, og jeg kan trække på min søn, hvis jeg har behov for hjælp i forretningen. Jeg håber, at han har lyst til at overtage den en dag. Så kan det blive mig, der hjælper til hos ham. Det ville jeg være glad for.”

Diabetes øger risiko for knogleskørhed

Mere end 300.000 danskere er diagnosticeret med diabetes - heraf omkring 80 % med type 2-diabetes. Inden for de senere år har der fra forskerside været øget opmærksomhed på relationen mellem diabetes og knogleskørhed, og et dansk studie publiceret i Ugeskrift for Læger i november 2015 dokumenterer, at diabetes giver øget risiko for brud. Mennesker med type 1-diabetes har fx 6,9 gange større risiko for hoftebrud, og har man type 2-diabetes, har man 1,4 gange øget risiko for hoftebrud i forhold til personer, som ikke har diabetes.