

## Type 2-diabetes

# Øger risikoen for hoftebrud

Har man type 2-diabetes, har man typisk et højere knoglemineralindhold og en lavere knogleomsætning end personer uden type 2-diabetes. Alligevel er risikoen for hoftebrud forøget med cirka 40 %.

· Af Lone Drejet



Læge på Aarhus Universitetshospital, Jakob Kau Starup Linde, har forsket i sammenhængen mellem diabetes og knoglebrud igennem flere år.

Man har længe vidst, at type 2-diabetes øger risikoen for eksempelvis hjertekarsygdomme, men i de senere år har forskerne påvist, at sygdommen også øger risikoen for hoftebrud.

Type 2-diabetes er relateret til overvægt, og en høj vægt øger i sig selv knoglemineralindholdet. Teoretisk set burde personer med type 2-diabetes derfor have reduceret risiko for knoglebrud med 20–30 %.

Dertil kommer, at man typisk har lavere knogleomsætning, når man har type 2-diabetes.

At personer med type 2-diabetes oftere brækker hoften end personer uden diabetes, er derfor noget af et mysterium.

”**At personer med type 2-diabetes oftere brækker hoften, er noget af et mysterium**”

Læge på Aarhus Universitetshospital Jakob Kau Starup Linde har forsket i sammenhængen mellem diabetes og knoglebrud igennem flere år. Han har umiddelbart to mulige forklaringer på paradokset:

”En hypotese går ud på, at den lave knogleomsætning giver mikrobrud i knoglerne, som på sigt gør dem skrøbelige.”

”En anden hypotese hænger sammen med det collagen, som kroppen bruger til at opbygge nettet af knogler i den indre del af knoglen. Er blodsukkeret forhøjet over lang tid, kan collagenet forsukre og påvirke strukturen i den indre del af knoglen negativt.”

”Når vi kender årsagen, kan vi finde frem til, hvad der skal til for at reducere risikoen for hoftebrud blandt diabetespatienterne,” forklarer Jakob Kau Starup Linde.

### Kan man forebygge?

Når risikoen for hoftebrud øges med type 2-diabetes, er det nærliggende at forestille sig, at man vil kunne forebygge med tilskud af kalk og D-vitamin.

”Men personer med type 2-diabetes har ofte høj knoglemineraltæthed, og der er i så fald ikke dokumentation for, at tilskud af

kalk og D-vitamin hjælper. Hvis man har lavt knoglemineral, altså osteopeni eller knogleskørhed, kan det være gavnligt med supplement af kalk og D-vitamin afhængigt af ens indtag i kosten,” siger Jakob Kau Starup Linde.

Det bedste, man kan gøre for sine knogler, er at følge de generelle sundhedsanbefalinger. Altså at dyrke motion, holde op med at ryge, reducere sit alkoholindtag samt gå ned i vægt, hvis man vejer for meget. Alt sammen tiltag, der samtidig reducerer risikoen for en lang række andre sygdomme.

### DIABETES I DANMARK:

- Mindst 280.000 danskere er diagnosticeret med diabetes – heraf har 252.000 type 2-diabetes og 28.000 type 1-diabetes.
- Det anslås, at 76.000 danskere lever med type 2-diabetes uden at vide det.
- Langt de fleste, der har type 2-diabetes, behandles med Metformin, som ifølge omfattende studier ikke har skadelig indflydelse på knoglesammensætningen.

Kilde: Diabetesforeningen og Jakob Kau Starup Linde