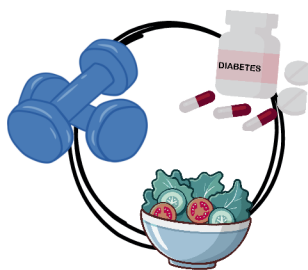


Betydningen af fysioterapi i behandling af type 2-diabetes

Fysisk aktivitet er lige så vigtigt som medicin og kost

Type 2-diabetes førte til 2,14 mio. ekstra besøg hos lægen i 2017-2018 og er den lidelse, som fylder femte mest hos lægen. Type 2-diabetes koster sundhedsvæsenet 4,45 mia. kr. ekstra årligt.



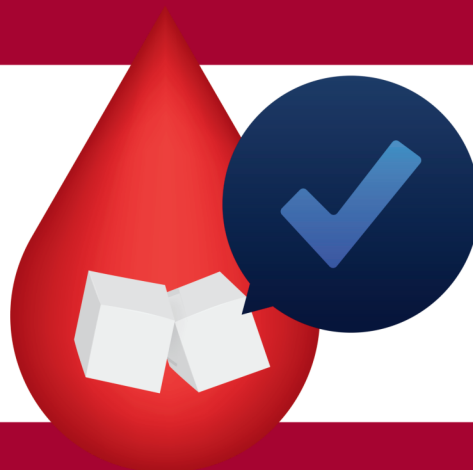
Regelmæssig fysisk aktivitet øger muligheden for at overleve, hvis man får type 2-diabetes.

Fysisk træning er sammen med kost og medicin de væsentligste faktorer i behandlingen af type 2-diabetes.

Træning forbedrer langtidsblodsukkeret

Fysisk træning forbedrer langtidsblodsukkeret betydeligt.

Det gælder superviseret struktureret konditionstræning, styrketræning og kombineret træning.



Fysisk aktivitet kan reducere behov for medicin



Intensiv behandlingsindsats med fokus på meget fysisk træning af høj intensitet kan erstatte den blodsukker-reducerende medicinske behandling.

73 % af personerne kunne efter et års behandling tage mindre medicin, herunder havde 56 % ikke længere behov for blodsukker-nedsættende medicin