

Madvaner



Titel: Madvaner

Ansvarlig/forfatter: Nanna Marie Sklander Hansen & Rikke Boas Barlund Hansen
Februar 2019

Diabetesforeningen – Forskning & Analyse
Stationsparken 24, st. tv.
DK-2600 Glostrup
Tlf. 6612 9006
www.diabetes.dk

Kontaktperson: Helen H. Heidemann, hh@diabetes.dk

Antal respondenter: 760 (Svarprocent: 44,1 %)

1. Diabetespanelet og analyser (disclaimer)

Diabetesforeningen ser mennesker med diabetes og deres pårørende som centrale medspillere til udviklingen af sundhedsvæsenet, behandlinger og andre tilbud til livet med diabetes. Diabetesforeningen laver løbende analyser, hvor medlemmerne inddrages i at skabe ny viden om væsentlige og relevante spørgsmål. Til dette formål har Diabetesforeningen oprettet 'Diabetespanelet'.

Diabetespanelet er en gruppe på omtrent 2000 af Diabetesforeningens medlemmer, som har givet tilsagn om at bidrage med svar til diverse analyser og spørgeskemaundersøgelser. Diabetespanelet repræsenterer foreningens ca. 90.000 medlemmer med en bred fordeling på alder, socialklasser, køn, diabetestyper mv. Panelet kan dog ikke betragtes som fuld repræsentative for diabetespopulationen, hvorfor analyser og svar baseret på panelet skal betragtes som pejlemærker på emner og problemstillinger, som optager vores medlemmer. Svarene kan desuden danne grundlag for yderligere undersøgelser og aktiviteter.

2. Resumé

Formål

Denne elektroniske spørgeskemaundersøgelse omhandler madvaner for mennesker med diabetes. Vi undersøger, om respondenterne har ændret madvaner, siden de fik diabetes og i givet fald hvordan. Derudover spørger vi ind til, om respondenterne har nået de mål, som de satte sig i forbindelse med deres kostlægning.

Denne rapport er en bruttorapport over resultater fra spørgeskemaundersøgelsen opdelt på hhv. type 1-diabetes, type 2-diabetes og den samlede studiepopulation. Resultaterne er præsenteret efter rækkefølgen af spørgsmålene i den elektroniske spørgeskemaundersøgelse.

Undersøgelsen er sendt ud til 1.894 personer. 170 personer kunne ikke modtage undersøgelsen på grund af fejl i/forældet e-mailadresse. Den reelle studiepopulation er derfor 1.724. I alt har 737 deltagere 'gennemført' og 23 deltagere har angivet 'nogen svar', hvilket giver en svarprocent på 44,1%

Resultaterne fra spørgeskemaundersøgelsen er blevet brugt i forbindelse med et tema i Diabetesforeningens medlemsblad fra februar 2019, som sætter fokus på madvaner i forbindelse med diabetes.

Sammenfatning

Mange svarer, at de har forsøgt at ændre deres madvaner: samlet svarer 93% af respondenterne, at de har forsøgt at ændre deres madvaner, siden de fik konstateret diabetes.

71% af dem med type 1-diabetes og 68% af dem med type 2-diabetes angiver, at de har forsøgt at ændre deres madvaner, umiddelbart efter de fik konstateret diabetes. 7% af dem med type 1-diabetes, og 14% af dem med type 2-diabetes svarer, at de har forsøgt at ændre deres madvaner inden for det første år efter, at de fik konstateret diabetes.

Fælles for mange af respondenterne var et ønske om at ændre deres madvaner for at få bedre blodsukre: hhv. 84% af dem med type 1-diabetes, og 85% af dem med type 2-diabetes. 67% af dem med type 2-diabetes svarer, at ændringen har skyldes et ønske om væggtab, hvortil 33% af dem med type 2-diabetes svarer, at det var for at tage mindre medicin eller helt undgå det, at de ændrede deres madvaner. 35% af dem med type 1-diabetes svarer, at det var behovet for mindre insulin, der fik dem til at ændre madvaner, og 34% af dem med type 1-diabetes svarer, at det var for at få det fysisk bedre.

Spørgeskemaundersøgelsen viser flere ligheder omkring, hvordan dem med type 1- og type 2-diabetes har valgt at omlægge deres madvaner. Mange svarer, at de har ændret madvaner ved at spise mindre fedt og sukker, samt spise flere grøntsager.

Hhv. 81% af dem med type 1 -diabetes har valgt at ændre deres madvaner ved at spise mindre sukker, 76% ved at spise flere grøntsager og 65% ved at spise mindre fedt. 87% af dem med type 2-diabetes svarer, at de har ændret deres madvaner ved at mindre sukker, 76% ved at spise flere grøntsager, og 72% ved at spise mindre fedt. Fælles for dem med type 1- og type 2-diabetes er også, at 51% af dem med type 1-diabetes, og 42% af dem med type 2-diabetes, har forsøgt at ændre deres madvaner ved at spise færre kyllhydrater.

Til spørgsmålet om hvorvidt respondenterne har haft deres diabetesbehandler ind over ændringerne af deres madvaner, svarer hhv. 40% af dem med type 2-diabetes, og 52% af dem med type 1-diabetes, at de har haft deres behandler med ind over.

48% af dem med type 1-diabetes og 47% af dem med type 2-diabetes angiver, at de er klar over, hvor de kan finde information omkring, hvad der er sundt for dem at spise i forhold til deres diabetes.

65% af dem type 1-diabetes og 59% af dem med type 2-diabetes angiver, at de stadig holder fast i deres nye madvaner.

Slutteligt svarer 52% af dem med type 1-diabetes og 38% af dem med type 2-diabetes, at det alt i alt går godt med at spise det, som de finder rigtigt i forhold til deres diabetes.

3. Demografi

3.1 Hvilken type diabetes har du?

Diabetes	Respondenter	Diabetesforeningen*	Population**
Type 1	33%	28%	10%
Type 1½	4%	1%	-
Type 2	63%	71%	90%

3.2 Hvilket køn er du?

Type 1-diabetes

Køn	Respondenter ¹	Diabetesforeningen*	Population**
Mænd	38%	52%	58%
Kvinder	62%	48%	42%

Type 2-diabetes

Køn	Respondenter ¹	Diabetesforeningen*	Population**
Mænd	53%	45%	56%
Kvinder	46%	55%	44%

Samlet

Køn	Respondenter ¹	Diabetesforeningen*	Population**
Mænd	49%	47%	56%
Kvinder	50%	53%	44%

* Udtræk fra Diabetesforeningens medlemsbase

** Data fra RUKS <http://esundhed.dk/sundhedsregistre/uks/uks01/Sider/Tabel.aspx>

(Kun data for personer med type 1 og type 2-diabetes)

¹ For 1% af alle respondenter har vi ikke information om køn

3.3 Hvad er din alder?

Type 1-diabetes

Alder	Respondenter	Diabetesforeningen*	Population**
0-9	-	1%	2%
10-19	-	8%	10%
20-29	5%	12%	13%
30-39	7%	11%	13%
40-49	21%	16%	19%
50-59	29%	18%	18%
60-69	23%	16%	14%
70-79	15%	13%	8%
80+	1%	6%	2%

Type 2-diabetes

Alder	Respondenter	Diabetesforeningen*	Population**
0-9	-	0%	0%
10-19	-	0%	0%
20-29	-	0%	1%
30-39	1%	1%	3%
40-49	3%	6%	8%
50-59	18%	16%	18%
60-69	34%	27%	29%
70-79	39%	33%	28%
80+	7%	17%	14%

* Udtræk fra Diabetesforeningens medlemsbase

** Data fra RUKS <http://esundhed.dk/sundhedsregistre/uks/uks01/Sider/Tabel.aspx>

(Kun data for personer med type 1 og type 2-diabetes)

3.4 Hvornår fik du konstateret diabetes?

Type 1-diabetes

År	Respondenter ¹
2010-2019	4,8%
2000-2009	19,8%
1990-1999	19,8%
1980-1989	15,1%
1970-1979	10,7%
1960-1969	8,3%
1950-1959	0,8%
1940-1949	0,4%

¹ For 20,2% af respondenterne med type 1-diabetes er der ikke information om debutår.

Type 2-diabetes

År	Respondenter ¹
2010-2019	11,9%
2000-2009	36,1%
1990-1999	8,2%
1980-1989	1,1%
1970-1979	-
1960-1969	-
1950-1959	0,3 %
1940-1949	-

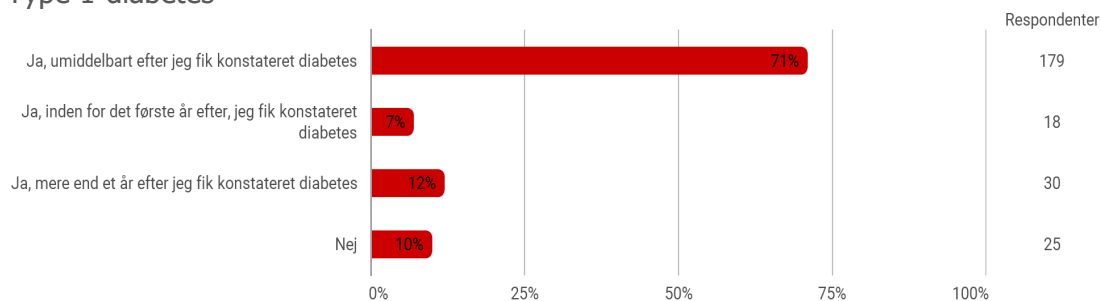
¹ For 42,5% af respondenterne med type 2-diabetes er der ikke information om debutår.

4. Resultater

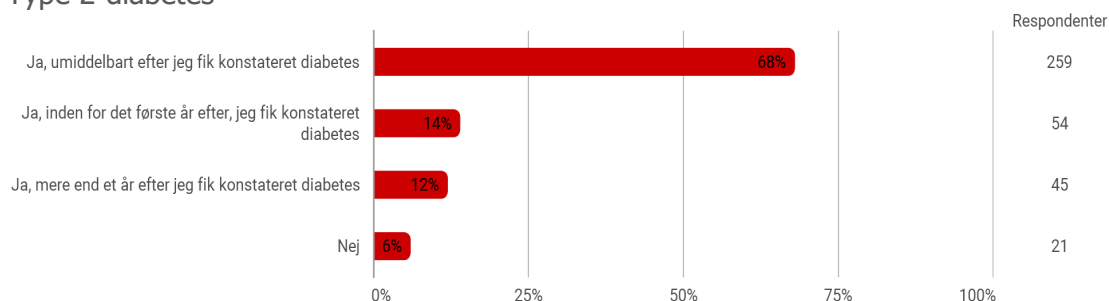
Ændring af madvaner

4.1 Har du forsøgt at ændre dine madvaner, siden du fik diabetes?

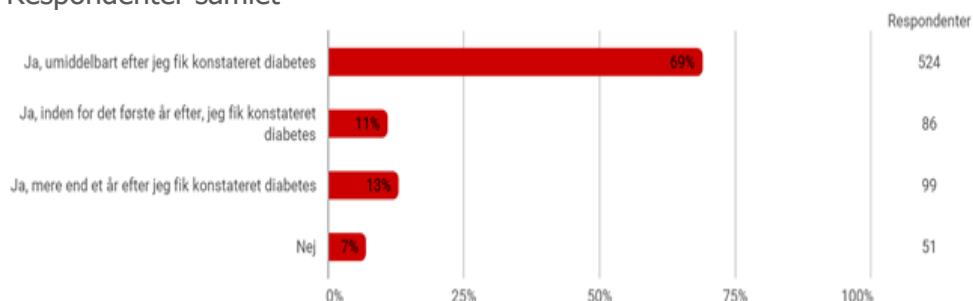
Type 1-diabetes



Type 2-diabetes



Respondenter samlet



Betingelse:

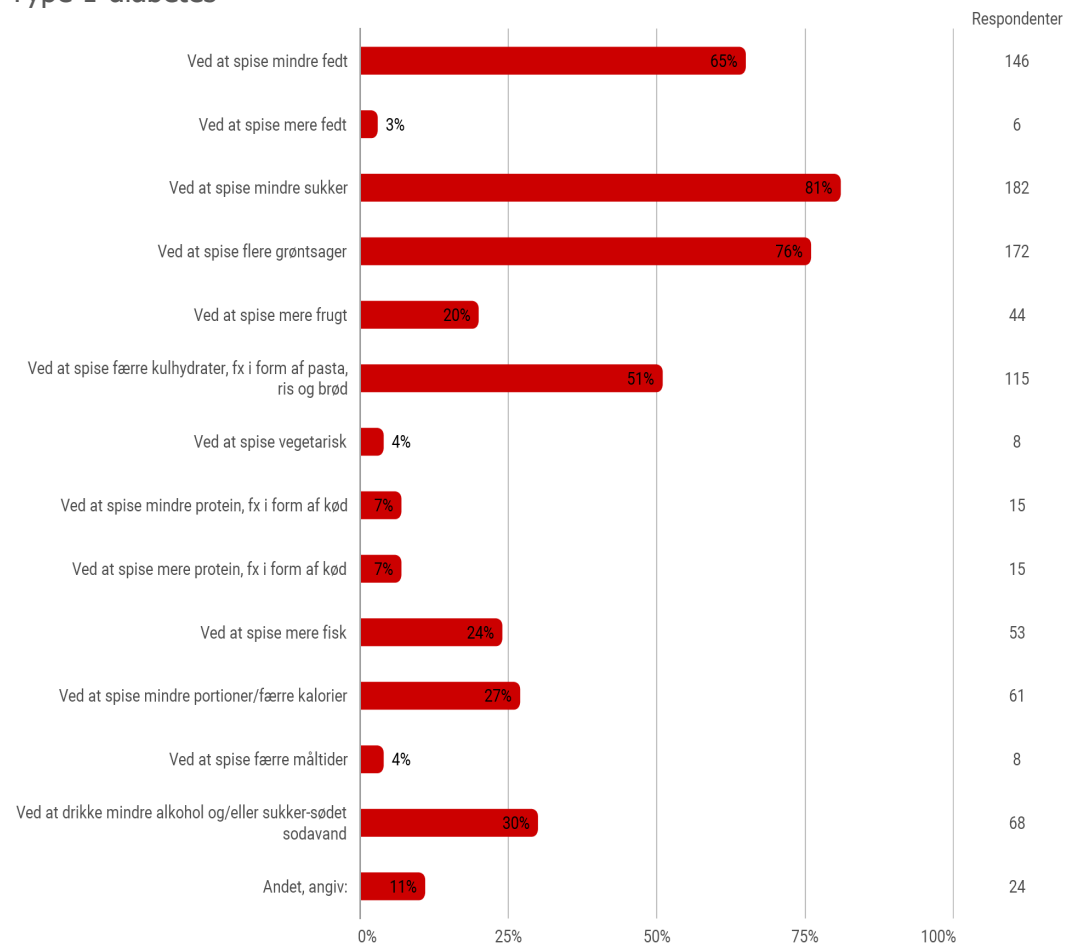
Har svaret ja til spg. 4: "Har du forsøgt at ændre dine madvaner, siden du fik diabetes?"

Bemærk:

Respondenterne kunne vælge flere svarmuligheder

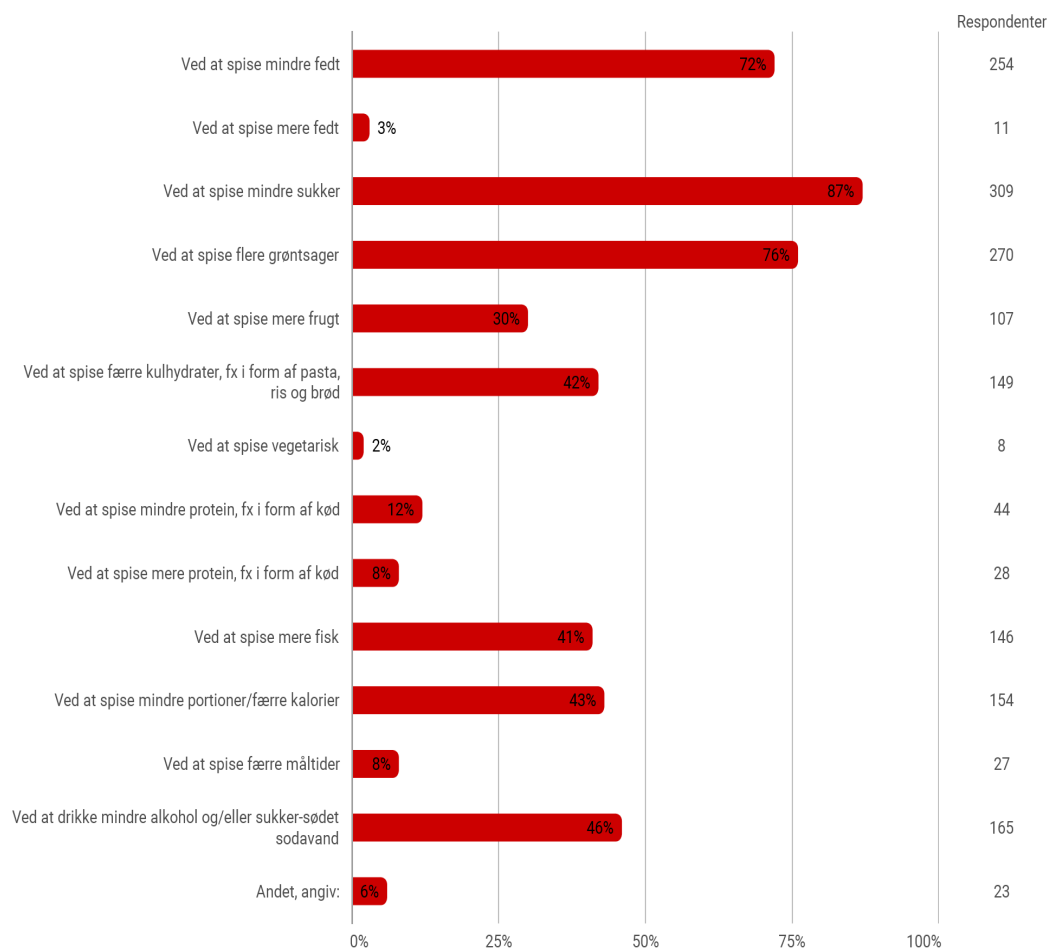
4.2 Hvordan har du forsøgt at ændre dine madvaner?

Type 1-diabetes



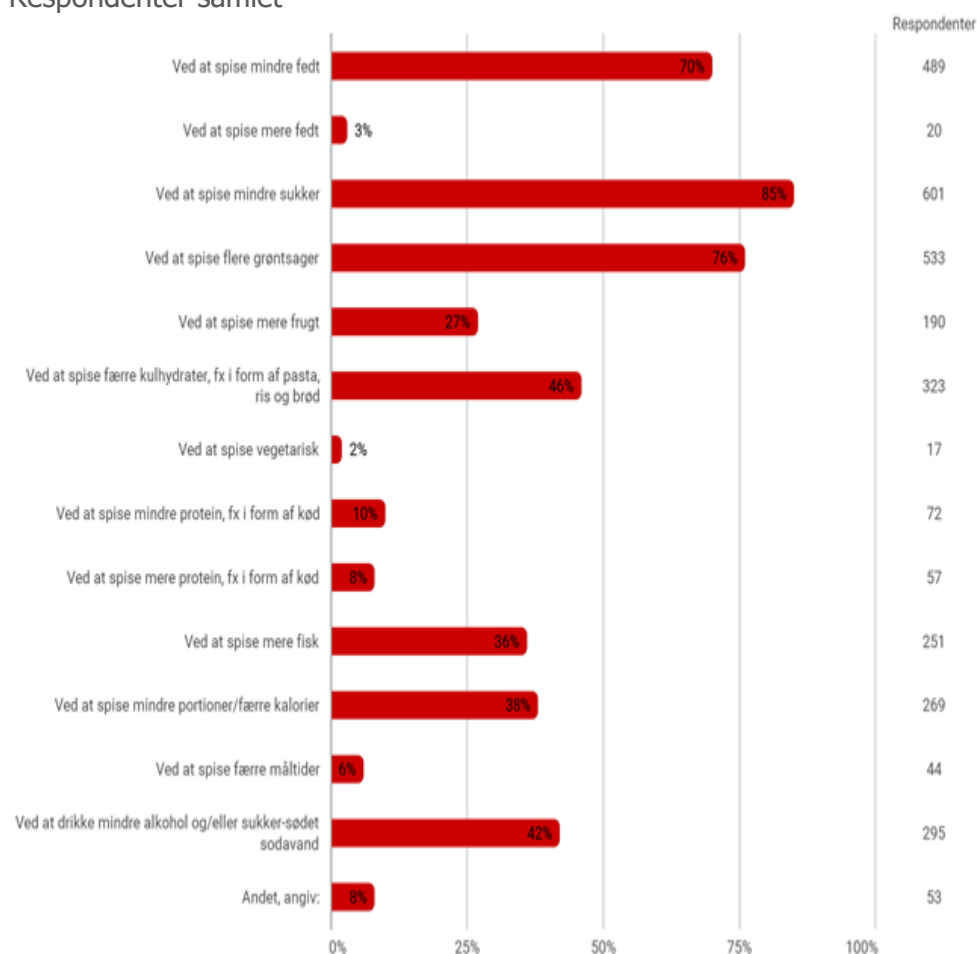
Af dem, der har angivet 'Andet', svarer mange, at de er begyndt at spise mere fuldkorn og grove kulhydrater. Flere angiver også, at de er begyndt at spise flere men mindre måltider om dagen.

Type 2-diabetes



Af dem, der har angivet 'Andet', svarer mange, at de er begyndt at spise flere men mindre måltider om dagen, og at de holder sig fra slik og andre søde sager.

Respondenter samlet

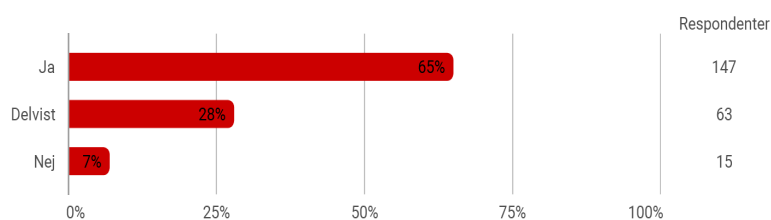


Betingelse:

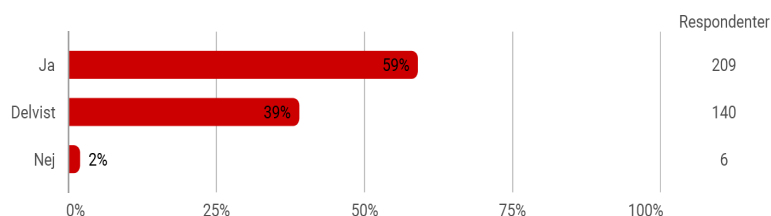
Har svaret ja til spg. 4: "Har du forsøgt at ændre dine madvaner, siden du fik diabetes?"

4.3 Holder du stadig fast i dine nye madvaner?

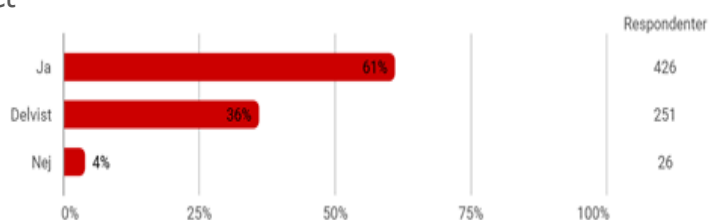
Type 1-diabetes



Type 2-diabetes



Respondenter samlet

**Betingelse:**

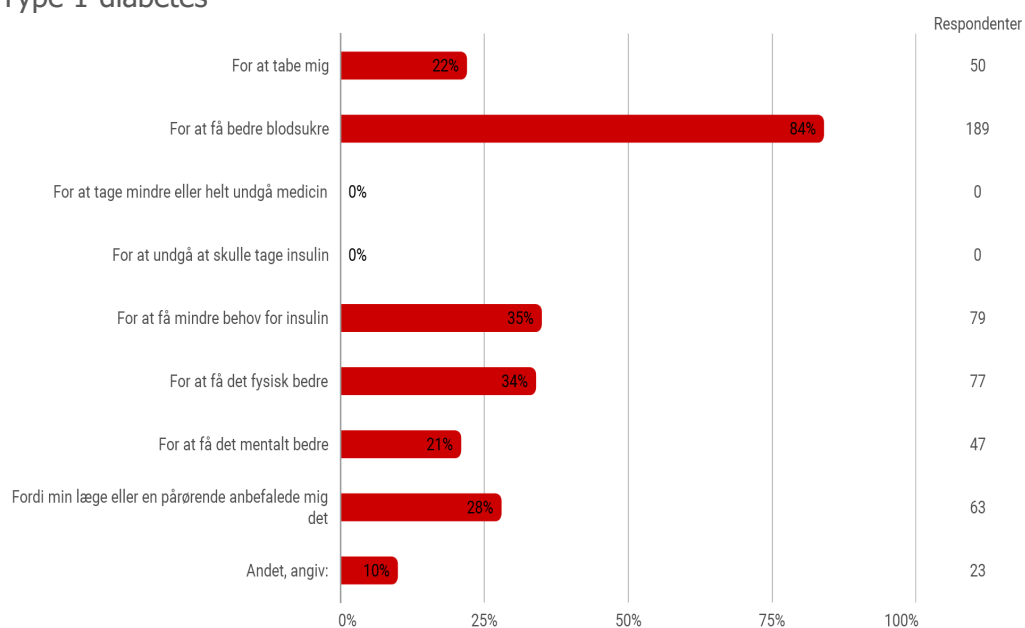
Har svaret ja til spg. 4: "Har du forsøgt at ændre dine madvaner, siden du fik diabetes?"

Bemærk:

Respondenterne kunne vælge flere svarmuligheder.

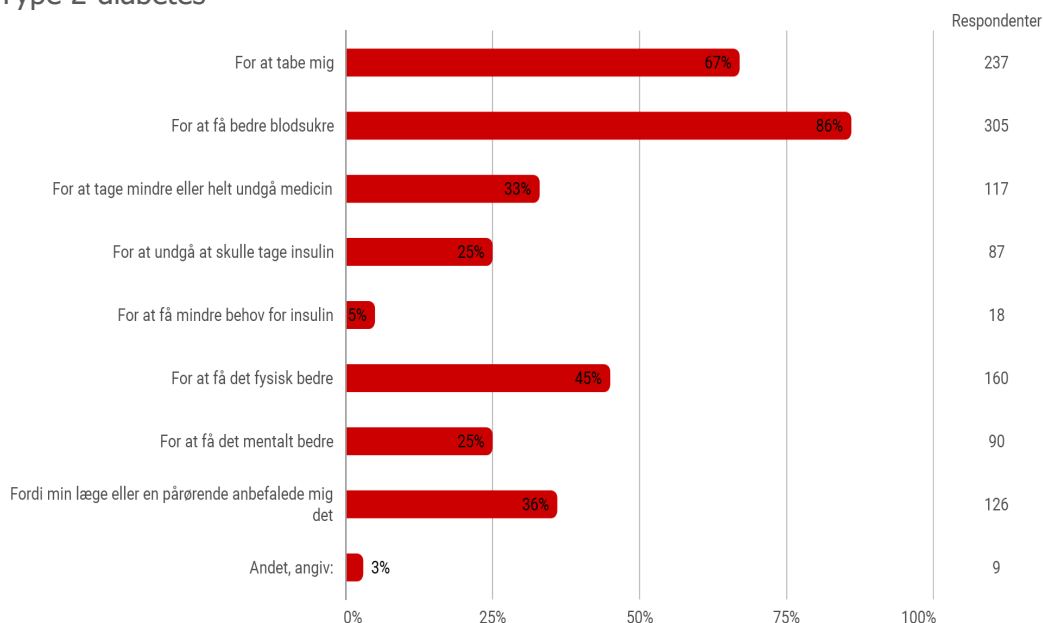
4.4 Hvorfor ændrede du dine madvaner?

Type 1-diabetes



Af dem, der har angivet 'Andet', svarer mange, at de ændrede deres madvaner, for at holde et mere stabilt blodsukker og dermed undgå følgesygdomme.

Type 2-diabetes



Betingelse:

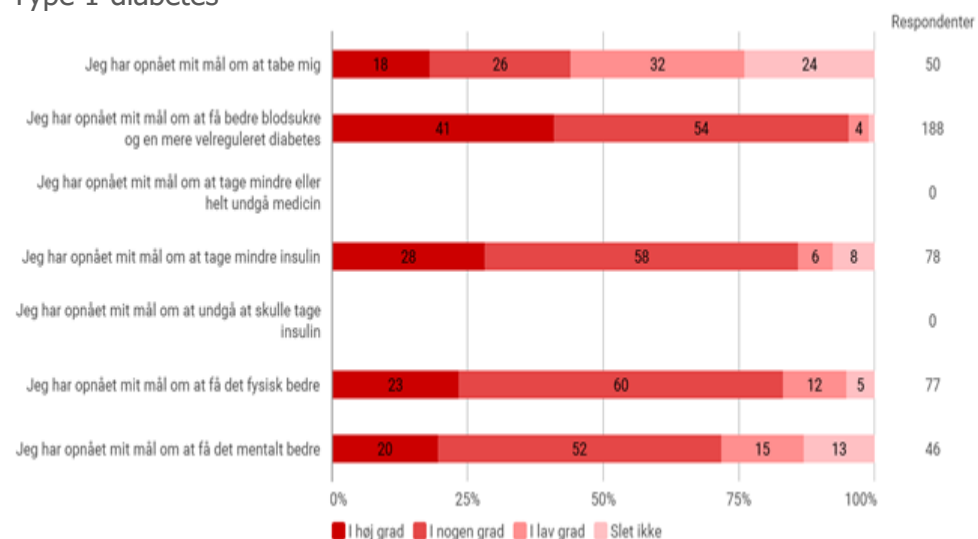
Har svaret ja til spg. 4: "Har du forsøgt at ændre dine madvaner, siden du fik diabetes?"

Betingelse:

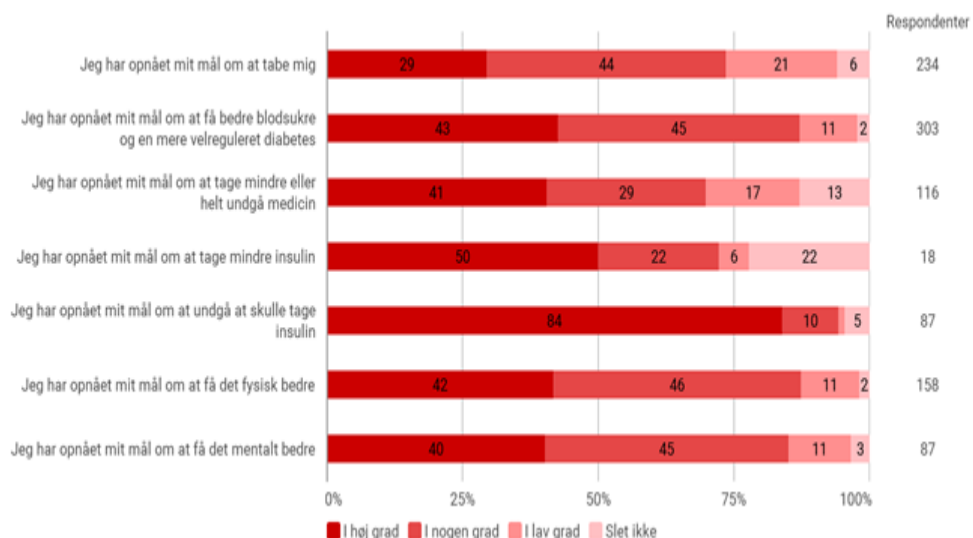
Ud fra hvilke faktorer respondenterne i spg. 4.4 "Hvorfor ændrede du dine madvaner?" angav, blev de i dette spørgsmål bedt om at vurdere, hvordan de er lykkedes med denne/disse faktorer.

4.5 I hvor høj grad vurderer du, at du har opnået dit/dine målsætninger?

Type 1-diabetes



Type 2-diabetes

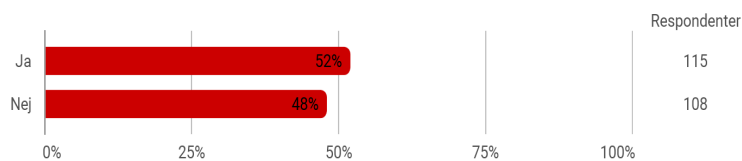


Betingelse:

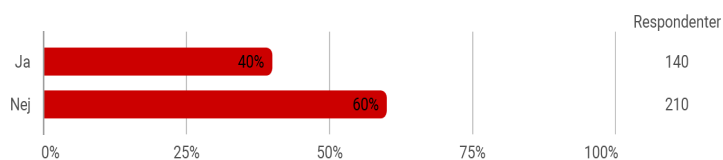
Har svaret ja til spg. 4: "Har du forsøgt at ændre dine madvaner, siden du fik diabetes?"

4.6 Har din diabetesbehandler været involveret i dine ændrede madvaner?

Type 1-diabetes

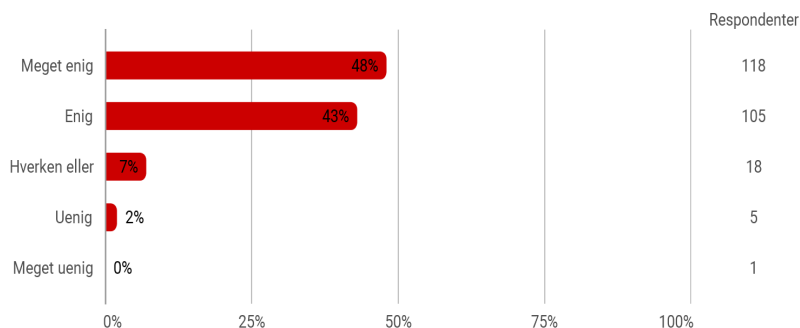


Type 2-diabetes

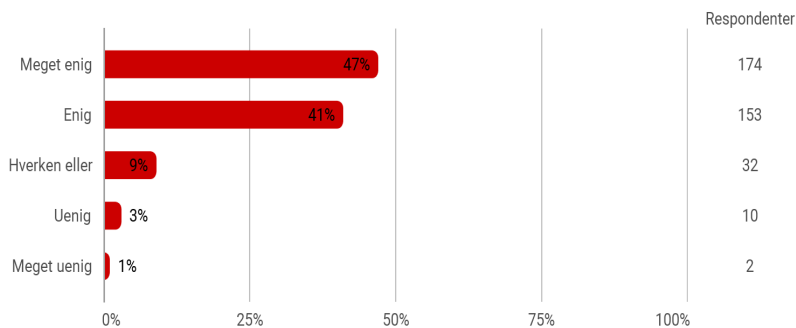


4.7 Angiv, hvor enig du er i følgende udsagn: Jeg ved, hvor jeg kan finde information omkring, hvad der er sundt for mig at spise i forhold til min diabetes

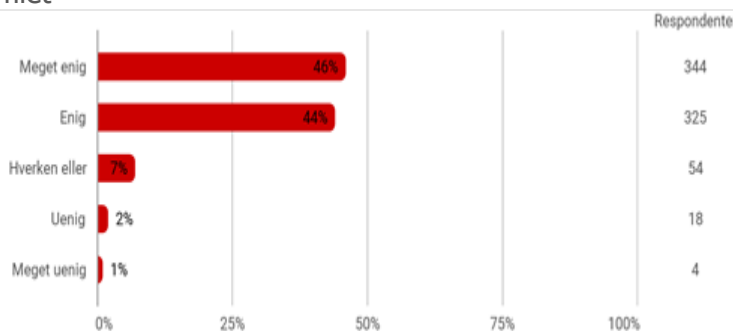
Type 1-diabetes



Type 2-diabetes

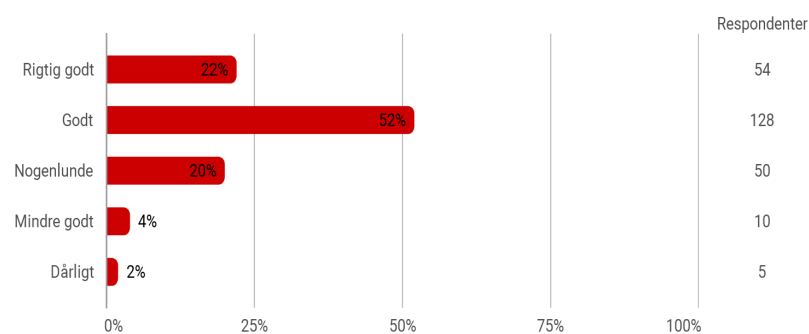


Respondenter samlet



4.8 Hvordan synes du, at det går alt i alt med at spise det, der er rigtigt for dig i forhold til din diabetes?

Type 1-diabetes



Type 2-diabetes

