



Preventie en management van diabetes in Singapore

Nieuwsflits | 6 juni 2016

Marijke ten Haaf

In april 2016 verklaarde het ministerie van gezondheidszorg in Singapore de 'War on diabetes'. Singapore heeft van de ontwikkelde landen – op de USA na – het hoogste percentage diabetespatiënten ter wereld. Diabetes type 2 kost Singapore momenteel meer dan een miljard Singapore dollar per jaar. Dit bedrag zal door de vergrijzende samenleving en veranderende leefstijl naar verwachting stijgen tot circa 2,5 miljard per jaar in 2050. Ongeveer 42% van de kosten is toe te schrijven aan medische behandeling van diabetes. Overige indirecte kosten zijn toe te schrijven aan productiviteit gerelateerde verliezen. In dit artikel een overzicht van de ontwikkelingen betreffende diabetes type 2 in Singapore.

Diabetes is een groeiend probleem in Singapore

De stadstaat telt momenteel meer dan 400 duizend diabetespatiënten (van de 5,7 miljoen inwoners in totaal) en dit aantal zal zonder ingrijpen stijgen naar een miljoen in 2050. In 2010 had 11,3 procent van volwassenen tussen 18 en 69 jaar diabetes, waarvan ongeveer de helft niet wist dat ze deze ziekte hadden. Singapore heeft een grote diversiteit aan inwoners. Indiërs hebben de grootste kans op diabetes (17,2 procent), gevolgd door Maleisiërs (16,6 procent) en Chinezen (9,7 procent). Het aantal ongediagnosticeerde diabetici is het hoogst onder Maleisiërs (55,6 procent) gevolgd door Chinezen (50,4 procent) en Indiërs (38 procent).

Onbehandelde diabetes is in Singapore een belangrijke oorzaak van nierfalen, blindheid en amputaties en een mede oorzaak van hartaanvallen en beroertes. Volgens Gan Kim Yong, de minister van Gezondheid, verliezen dagelijks vier Singaporezen een ledemaat of een van hun vingers of tenen door complicaties als gevolg van diabetes. De 'war on diabetes' is door het Ministry of Health (MOH) verklaard om Singaporezen te helpen diabetes te voorkomen én diegenen die al gediagnosticeerd zijn te helpen met ziektemanagement om verslechtering van hun gezondheid tegen te gaan.

Diabetespreventie en ziektemanagement

Een nieuwe 'Prevention and Care Taskforce' voor diabetes wordt opgezet om de strijd met diabetes aan te gaan. Minister van Gezondheid Gan Kim Yong en minister van Educatie Ng Chee Meng zullen de taskforce gaan voorzitten. Verder zal de taskforce bestaan uit vertegenwoordigers van de relevante overheidsorganisaties, de private sector, patiënten- en zorgorganisaties.

De volgende drie aandachtgebieden staan op de agenda van de taskforce:

1. Een gezonde leefstijl promoten en reduceren van het aantal Singaporezen met obesitas.
2. Vroege opsporing en interventies om diabetes in een vroeg stadium te identificeren.
3. De behandeling van diabetes ondersteunen om de ziekte beter onder controle te houden en verslechtering van gezondheid te beperken en vertragen.

Er zijn verschillende programma's opgezet om mensen aan te sporen meer te bewegen. Een voorbeeld is de 'National steps challenge' waarbij deelnemers met de stappen die zij zetten punten kunnen verdienen. De komende tijd zal dit programma worden uitgebreid en zullen nieuwe programma's worden geïntroduceerd. Het MOH wil daarnaast meer doen om het aantal rokers te verminderen, want het risico op diabetes is voor rokers dertig tot veertig procent hoger dan voor niet-rokers.

Ook is aandacht voor voeding, de Health Promotion Board (HPB) is hier de voortrekker. De HPB is een overheidsorganisatie op het gebied van nationale gezondheidsbevordering en ziektepreventieprogramma's in Singapore. Zij stimuleren gezonde keuzes in winkels door een keurmerk, geven advies over welke voeding aanbevolen is en voeren campagnes om een gezonde leefstijl onder de aandacht te brengen. Ze stimuleren bijvoorbeeld de consumptie van bruine rijst in plaats van witte rijst, gezien rijstconsumptie in Singapore erg hoog ligt.

Women's health committee

Naast de taskforce zal de 'Women's health committee' zich ook richten op diabetes onder vrouwen. De committee wordt voorgezeten door Amy Khor, senior minister of state for Health. De commissie is opgericht om meer aandacht te geven aan gezondheidsklachten die voornamelijk bij vrouwen voorkomen, bijvoorbeeld borstkanker, botontkalking

en diabetes. Op het gebied van diabetes gaat het om steun aan vrouwen met zwangerschapsdiabetes zodat zij complicaties tijdens de zwangerschap en gezondheidsproblemen voor de baby kunnen voorkomen.

Diabetesonderzoek in Singapore

Wetenschappelijk onderzoek is belangrijk in de strijd tegen de ziekte en daarom onder de aandacht in Singapore. De National University of Singapore (NUS) is recent een grootschalig onderzoek gestart naar diabetes, met een budget van twintig miljoen Singapore dollar (ongeveer dertien miljoen euro). Het onderzoek richt zich op de ontwikkeling van de ziekte en factoren die hieraan bijdragen. Voor het onderzoek worden 2.300 diabetici of pre-diabetici gedurende drie jaar gevolgd. De uitkomsten van het onderzoek zullen bijdragen aan het verbeteren van de effectiviteit van interventies bij diabetici en personen die een verhoogde kans hebben op diabetes.

De NUS werkt ook mee aan een klinisch onderzoek genaamd NiPPeR naar de preventie van diabetes bij zwangere vrouwen door een gebalanceerd voedingspatroon. Dit is een internationaal onderzoek uitgevoerd door het Epigen Global Research Consortium, een samenwerkingsverband tussen de University of Auckland, University of South Hampton en de Singaporese partijen NUS, National University Hospital (NUHS) en het A*star Institute of Clinical Science.

Ook voeding is een aandachtsgebied binnen het onderzoek. Het Clinical Nutrition Research Centre (CNRC) doet onderzoek naar voeding, structuur van voeding, voedingswaarde, de effecten van voeding op aandoeningen zoals obesitas en diabetes. Zo wordt onderzoek gedaan naar het gezonder maken van de lokale keuken zonder verlies van de smaak en het karakter van de gerechten. Denk hierbij aan witte rijst. Witte rijst is een favoriet onderdeel van een Singaporese maaltijd, maar het eten van witte rijst en diabetes worden met elkaar geassocieerd. Het CNRC doet onderzoek naar de effecten van witte rijst op het lichaam. Bijvoorbeeld het effect van verschillende hoeveelheden en van combinaties met andere voedingsmiddelen. Dergelijk onderzoek helpt mee om ter preventie van diabetes voedingsadviezen op maat te kunnen geven.

Kansen voor Nederland

In de strijd tegen diabetes richt Singapore zich voornamelijk op het voorkomen van diabetes en het tegengaan van verergering van de ziekte bij diabetici. De kansen voor Nederland liggen op het gebied van onderzoek en ontwikkeling in de preventie en ziektemanagement. Denk hierbij aan kennis en instrumenten om een gezonde leefstijl te promoten. Onderzoek kan gaan over voeding, genetische factoren die een rol spelen in de ontwikkeling van de ziekte en over de vroege opsporing van diabetes. Verder is er vraag naar instrumenten die bijdragen aan ziektemanagement, die de ziekte beter onder controle houden en die verslechtering van gezondheidssituatie beperken.

Meer informatie

Neem contact op met IA-Singapore: marijke-ten.haaf@minbuza.nl

Bronnen

1. <http://www.straitstimes.com/singapore/health/moh-declares-war-against-diabetes>
2. <https://www.gov.sg/news/content/the-straits-times-moh-to-wage-war-on-diabetes>
3. <http://www.channelnewsasia.com/tv/tvshows/itfigures-s4/sugar-high/2503036.html>
4. <http://www.straitstimes.com/singapore/singapore-is-no-2-nation-with-most-diabetics-5-things-about-diabetes>
5. <http://www.straitstimes.com/singapore/health/study-cost-of-diabetes-to-singapore-to-soar-beyond-25b>
6. <http://www.straitstimes.com/singapore/health/do-more-in-diabetes-battle>
7. <http://www.straitstimes.com/singapore/health/rising-obesity-among-young-set-to-worsen-diabetes-rate>
8. <https://news.nus.edu.sg/highlights/10340-demystifying-diabetes>
9. https://www.nrdo.gov.sg/docs/librariesprovider3/Publications---Kidney-Failure/info_paper_diabetes_2011nov.pdf?sfvrsn=0
10. <http://www.straitstimes.com/singapore/how-you-take-white-rice-can-make-a-big-difference>