

Svetski dan borbe protiv dijabetesa 2018-2019

Tema Svetskog dana dijabetesa i Svetskog meseca dijabetesa 2018. i 2019. godine je „Dijabetes i porodica” i ove godine se obeležava sloganom „Dijabetes utiče na porodicu”.

Aktivnosti ove kampanje u borbi protiv dijabetesa, koju će Internacionalna federacija za dijabetes (IDF) sprovesti naredne dve godine, imaće za cilj:

- Podizanje svesti o uticaju dijabetesa na porodicu i neophodnosti pružanja podrške takvim porodicama.
- Promociju uloge porodice u upravljanju dijabetesom, lečenju, prevenciji i edukaciji o dijabetesu.

Trenutno preko 425 miliona ljudi živi sa dijabetesom. Većina obolelih ima tip 2 dijabetesa, koji se u velikoj meri može sprečiti kroz redovnu fizičku aktivnost, pravilnu i uravnoteženu ishranu i promociju zdravog životnog okruženja. Porodica igra ključnu ulogu u modifikaciji faktora rizika za tip 2 dijabetesa, na koje možemo uticati i mora joj se obezbediti obrazovanje, resursi i zdravo životno okruženje.

Svaka druga osoba sa tipom 2 dijabetesa ne zna da ima dijabetes. Rana dijagnoza i lečenje su ključni za sprečavanje komplikacija dijabetesa i postizanje boljih ishoda bolesti. Sve porodice su potencijalno pogođene dijabetesom, tako da je svest o znacima, simptomima i faktorima rizika od vitalnog značaja za njegovo ranije otkrivanje.

Dijabetes može predstavljati veliki ekonomski teret za pojedinca i porodicu. U mnogim zemljama, samo troškovi injekcije insulina i dnevnog praćenja glikemije predstavljaju polovinu prosečnog porodičnog prihoda. Dostupnost neophodnim lekovima za dijabetes, medicinskim pomagalicama i sredstvima je van ekonomskog domašaja mnogih. Zbog toga je jedan od prioriteta ove kampanje unapređenje dostupnosti lekova, medicinskih pomagala i dijabetološke zdravstvene zaštite, koji značajno utiču na ishod bolesti.

Približno svakom četvrtom članu porodice su dostupni obrazovni programi za dijabetes. Dokazano je da porodična podrška u dijabetološkoj zdravstvenoj zaštiti ima značajan efekat u unapređenju ishoda bolesti. Zbog toga je važno obezbediti dostupnost edukacije i podrške samokontroli svim osobama obolelim od dijabetesa i njihovim porodicama, kako bi se smanjio psihološki uticaj bolesti koji može da rezultira lošim kvalitetom života.

Dijabetes u svetu

- Svaka 11. odrasla osoba ili 425 miliona ljudi ima dijabetes.
- Očekuje se da će broj ljudi sa dijabetesom do 2030. godine dostići broj od 522 miliona.
- Svaka druga osoba sa dijabetesom ne zna da ima šećernu bolest (212 miliona).
- U zemljama sa niskim i srednjim prihodom tri od četiri osobe živi sa dijabetesom.

- Preko milion dece i adolescenata ima tip 1 dijabetesa.
- Svako šesto novorođenče je bilo izloženo visokom nivou glukoze u krvi tokom trudnoće.
- Dve trećine osoba sa dijabetesom čini radnoaktivno stanovništvo (327 miliona).
- Dijabetes je bio uzrok 4 miliona smrtnih ishoda 2017. godine.
- Dijabetes je 2017. godine bio uzrok troškova u zdravstvu u iznosu najmanje 727 milijardi dolara – što je više od vojnog budžeta odbrane SAD-a i Kine zajedno!

Dijabetes u Srbiji

U Srbiji je dijabetes peti vodeći uzrok umiranja i peti vodeći uzrok opterećenja bolestima.

- Institut za javno zdravlje Srbije procenjuje da oko 710.000 odraslog stanovništva Srbije ima dijabetes.
- Polovinu obolelih čini radno sposobno stanovništvo.
- Približno 39% obolelih nije dijagnostikovano i ne zna da ima dijabetes.
- Dijabetes se često otkriva slučajno, kada je bolest uznapredovala i komplikacije nastupile. Prema podacima Instituta za javno zdravlje Srbije, gotovo 1/3 pacijenata već ima jednu ili više kasnih komplikacija u trenutku postavljanja dijagnoze dijabetesa.

Za rano otkrivanje dijabetesa neophodno je učešće porodice:

- Svaka druga osobe sa dijabetesom ne zna da ima dijabetes. Rana dijagnostika i lečenje su ključni za sprečavanje ili odlaganje nastanka teških komplikacija dijabetesa.
- Ako se tip 1 dijabetesa ne otkrije na vreme, postoji velika verovatnoća za nastanak teške invalidnosti ili smrti. Upoznajte znake i simptome da bi zaštitili sebe i svoju porodicu.

U prevenciji tipa 2 dijabetesa učestvuje i porodica:

- Mnogi slučajevi tip 2 dijabetesa se mogu sprečiti usvajanjem zdravog stila života. Smanjivanje rizika za nastanak tipa 2 dijabetesa počinje u porodici.
- Kada se porodica zdravo hrani i zajedno vežba, svi članovi porodice imaju koristi i na taj način međusobno podstiču protektivna ponašanja u prevenciji tipa 2 dijabetesa.
- Ukoliko neko od članova vaše porodice ima dijabetes, upoznajte se sa rizicima i znacima upozorenja kako bi sprečili nastanak dijabetesa i njegovih komplikacija.
- Porodice treba da žive u okruženju koje podržava zdrav životni stil i pomaže im u sprečavanju nastanka tipa 2 dijabetesa.

O mom dijabetesu brine i moja porodica:

- Upravljanje dijabetesom zahteva svakodnevnu terapiju, redovno praćenje bolesti, zdrav način života i stalno učenje o bolesti. Podrška porodice je ključna.
- Svi zdravstveni radnici treba da poseduju znanja i veštine kako bi pomogli pojedincima i njihovim porodicama u upravljanju dijabetesom.
- Kontinuirano obrazovanje i podrška treba da budu dostupni svim pojedincima i njihovim porodicama kao pomoć u upravljanju dijabetesom.
- Neophodni lekovi i dijabetološka zdravstvena zaštita moraju biti dostupni svakoj porodici.