

Единый день здоровья

14 ноября



Информационный бюллетень
отдела общественного здоровья
Гродненского областного ЦГЭОЗ



Всемирный день диабета

Всемирный день борьбы с диабетом был учрежден Международной диабетической федерацией совместно с ВОЗ в 1991 году в ответ на обеспокоенность возрастающей частотой случаев заболевания сахарным диабетом (СД) в мире. С 2007 года Всемирный день борьбы с диабетом проводится под покровительством ООН.

Этот день проводится ежегодно в большинстве стран мира 14 ноября – в день рождения канадского врача и физиолога Фредерика Бантинга, который вместе с врачом Чарльзом Бестом сыграл решающую роль в открытии в 1922 году инсулина.

Тема Всемирного дня борьбы с сахарным диабетом 2021–2023 годов – «Доступ к лечению диабета – Если Не Сейчас, То Когда?».

Целью мероприятия является повышение осведомленности о диабете, акцентирование внимания на образ жизни при сахарном диабете, и на том, как можно предотвратить развитие болезни. Сахарный диабет относится к категории социально значи-

мых неинфекционных заболеваний с эпидемическими темпами роста распространенности.

В настоящее время известно два типа сахарного диабета.

СД первого типа – инсулинозависимый, юношеский или детский, для которого характерна недостаточная выработка инсулина, необходимо ежедневное введение инсулина. Причина этого типа диабета неизвестна, поэтому в настоящее время его нельзя предотвратить.

СД второго типа – инсулиннезависимый, диабет взрослых людей, развивается в результате неэффективного использования инсулина организмом. Большинство больных диабетом страдают от СД 2 типа, что в значительной мере является результатом избыточного веса и физической инертности. Симптомы заболевания могут быть не ярко выраженными. В результате болезнь может быть диагностирована по прошествии нескольких лет после ее начала, уже после возникновения

осложнений. До недавнего времени диабет этого типа наблюдался лишь среди взрослых людей, но в настоящее время он поражает и детей.

Гестационный сахарный диабет (ГСД) развивается или впервые выявляется у молодых женщин во время беременности. Он является серьезным угрозой для здоровья матери и ребенка. У многих женщин с ГСД беременность и роды протекают с осложнениями, такие как высокое давление, большой вес при рождении младенцев и осложненные роды. У значительного числа женщин с ГСД в дальнейшем развивается СД 2 типа.



Профилактика сахарного диабета

Простые меры по поддержанию здорового образа жизни оказываются эффективными для профилактики или отсрочки СД 2 типа. Чтобы способствовать предупреждению СД 2 типа и его осложнений необходимо следующее: добиться здорового веса тела и поддерживать его; быть физи-

чески активным – по меньшей мере, 30 минут регулярной активности умеренной интенсивности в течение дня; для контролирования веса необходима дополнительная активность; придерживаться здорового питания и уменьшать потребление сахара и насыщенных жиров; воз-

держиваться от употребления табака – курение повышает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний. Ранняя диагностика и лечение являются ключевыми для предотвращения осложнений СД и достижения здоровых результатов.

Обратите внимание

По данным ВОЗ:

81% больных диабетом проживают в странах с низким и средним уровнем дохода;

к 2030 году диабет станет седьмой причиной смерти; диабет является одной из ведущих причин слепоты, почечной недостаточности, сердечных приступов, инсульта и ампутации нижних конечностей.

По данным Международной диабетической федерации:

в мире порядка 537 млн. людей в возрасте от 20 до 79 лет больны диабетом, причем половина из них не знает о своем диагнозе;

по прогнозам, это число вырастет до 643 млн. к 2030 году и 784 млн. к 2045 году;

541 млн. населения в мире имеет нарушение толерантности к глюкозе, что является высоким риском развития СД 2 типа.

К сведению

В Республике Беларусь:

число пациентов СД за последние 15 лет увеличилось более чем в 2-6 раза. Так, если в 2008 году количество пациентов с данным диагнозом насчитывало 150 тыс., то сейчас этот показатель около 400 тыс.;

рост заболеваемости происходит за счет диабета 2 типа, доля которого составляет более 94 % всех случаев;

СД 1 типа распространяется с более низкой скоростью;

в стране насчитывается около 19 тыс. пациентов, имеющих диабет 1 типа. Эти люди зависят от ежедневного введения инсулина, среди них около 2,3 тыс. детей, нуждающихся в особом внимании.