



Ежегодно 14 ноября в мире отмечается Всемирный день борьбы с диабетом. Он был учрежден Международной диабетической федерацией (МДФ) совместно с Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) в 1991 году в ответ на обеспокоенность возрастающей частотой случаев заболевания сахарным диабетом в мире.

Дата была выбрана не случайно – в этот день родился канадский врач и физиолог Фредерик Бантинг. Совместно с Джоном Маклеодом и Чарлзом Бестом Бантинг открыл инсулин (гормон, регулирующий содержание сахара в крови, или глюкозы), за что ему была присуждена Нобелевская премия.

20 декабря 2006 года Генеральная Ассамблея ООН приняла резолюцию, учреждающую Всемирный день борьбы с диабетом. В документе признавалась необходимость многосторонних усилий по охране и укреплению здоровья человека и обеспечению доступа к лечебным услугам и медицинскому просвещению.

Генеральная Ассамблея также рекомендовала государствам-членам разработать национальные стратегии профилактики и лечения диабета и ухода за диабетиками.

С 2007 года Всемирный день борьбы с диабетом отмечается под эгидой ООН.

Диабет – это серьезное хроническое заболевание, которое развивается, когда поджелудочная железа не вырабатывает достаточно инсулина или когда организм не может эффективно использовать выработанный им инсулин.

В настоящее время известно два типа сахарного диабета. Сахарный диабет первого типа – инсулинозависимый, которым в основном страдают молодые люди в возрасте до 30 лет.

Диабет второго типа – инсулинонезависимый. У таких больных инсулин вырабатывается, и, соблюдая диету, ведя активный образ жизни, они могут

добиться того, что довольно продолжительное время уровень сахара будет соответствовать норме, а осложнений благополучно удастся избежать.

Симптомы диабета первого типа могут появиться внезапно. Они включают чрезмерное мочеотделение (полиурию), жажду (полидипсию), постоянное чувство голода, потерю веса, изменение зрения и усталость. Диабет II типа в значительной мере является результатом лишнего веса и физической инертности. Симптомы могут быть сходными с симптомами диабета первого типа, но часто являются менее выраженными. В результате болезнь может быть диагностирована по прошествии нескольких лет после ее начала, после возникновения осложнений. До недавнего времени диабет этого типа наблюдался лишь среди взрослых людей, но в настоящее время он поражает и детей. Во время беременности может быть выявлен гестационный диабет. У женщин, имеющих такую форму диабета, повышается риск осложнений во время беременности и родов. В дальнейшем у них возникает риск заболеть диабетом второго типа.

Согласно информации ВОЗ, число страдающих диабетом в мире за последние 40 лет выросло в четыре раза. Это единственное серьезное неинфекционное заболевание, при котором риск преждевременной смерти возрастает, а не снижается.

По данным Международной диабетической федерации, в настоящее время в мире 537 миллионов взрослых людей живут с диабетом – это каждый из десяти человек.

Диабет без соответствующего лечения может привести к таким осложнениям, как слепота, ампутация конечности, почечная недостаточность, инфаркт и инсульт. Диабет, по мнению ученых, значительно влияет на риск госпитализации при заболевании коронавирусной инфекцией. Риск выявления сахарного диабета также есть у пациентов, перенесших новую коронавирусную инфекцию в тяжелой форме.

В России, по данным Росстата, порядка 4,8 миллиона больных диабетом. Количество новых случаев диабета ежегодно прирастает примерно на 300 тысяч человек.

По данным Минздрава и Росстата, в 2020 году в России было впервые зарегистрировано 410,5 тысячи случаев заболевания сахарным диабетом.

Согласно результатам исследований, больше половины россиян не знает о том, что сахарному диабету второго типа предшествует предиабет. При этом страдают от него почти 20% населения. Кроме того, каждый второй человек с

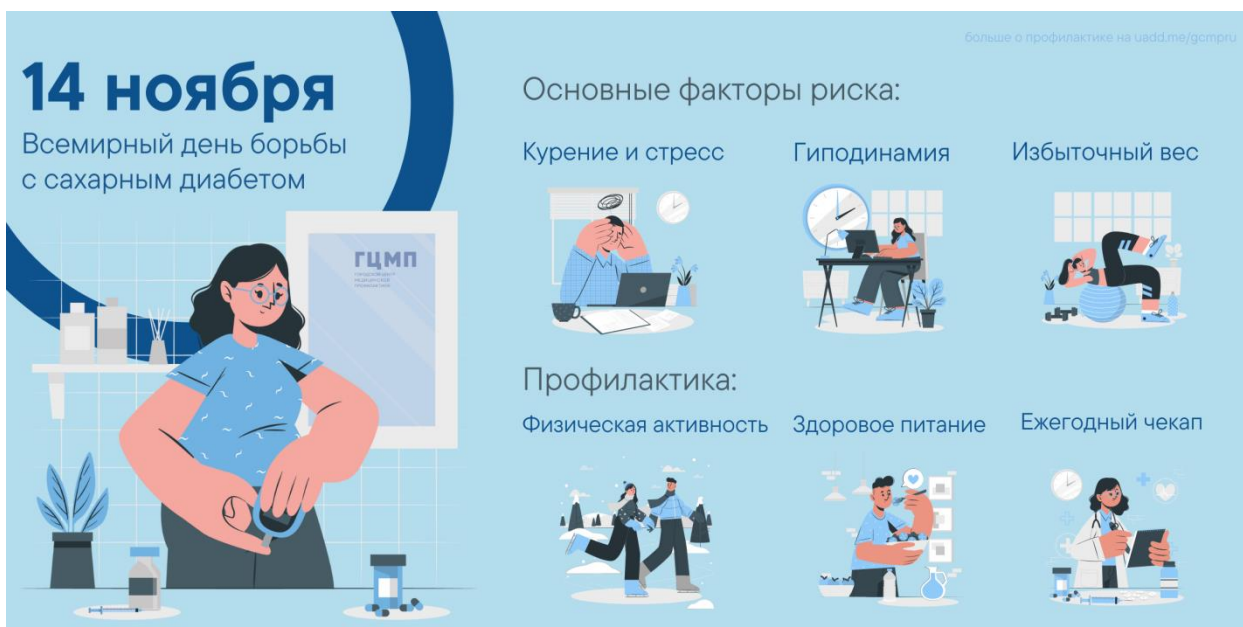
сахарным диабетом второго типа (инсулиннезависимый диабет) даже не знает об этом.

Ежегодно Всемирный день борьбы против диабета посвящен определенной теме. Тема Всемирного дня борьбы с диабетом 2021-2023 годов – "Доступ к лечению диабета - если не сейчас, когда?"

Опасностью диабета является тот факт, что поначалу болезнь никак не проявляет себя и человек чувствует себя плохо далеко не сразу. В группе риска находятся люди, у кого этой болезнью страдают родители, братья и сестры, – таким пациентам необходимо раз в год определять сахар крови натощак.

Сегодня полностью вылечить сахарный диабет нельзя, однако его можно контролировать, чтобы жить полноценной жизнью. Если своевременно узнать о риске возникновения болезни, то можно попытаться ее предотвратить. Во многих случаях изменение образа жизни могло бы остановить или затормозить развитие сахарного диабета второго типа.

Для профилактики или отсрочивания диабета второго типа эффективны простые меры по поддержанию здорового образа жизни. Необходимо добиться здорового веса тела и поддерживать его; быть физически активным; придерживаться здорового питания, уменьшать потребление сахара и насыщенных жиров; воздерживаться от употребления табака – курение повышает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний.



С уважением, отделение медицинской профилактики ГБУЗ «ГП № 214 ДЗМ»