

Светски ден на здравјето 2016 година: Да го победиме дијабетот!

7 април 2016 – Светски ден на здравјето

Историјат

Проценките говорат дека во 2008 година 347 милиони луѓе ширум светот биле заболени од дијабет и дека преваленцата на оваа болест е во пораст, особено во земјите со низок и среден доход.

Во 2012 година дијабетот беше директна причина за околу 1,5 милиони смртни случаи, а повеќе од 80% од смртните случаи беа во земји со низок и среден доход. Проециите на СЗО се дека дијабетот ќе биде седмата водечка причина за смрт до 2030 година.

Дијабетот е хронично заболување кое се јавува или кога панкреасот не произведува доволно инсулин или кога телото не е во состојба делотворно да го искористи инсулинот што го произведува. Инсулинот – хормон кој го регулира шеќерот во крвта – ни ја дава енергијата која ни е потребна за живот. Доколку инсулинот не може да влезе во клетките, концентрацијата на шеќер во крвта се акумулира до штетни нивоа.

Постојат две главни форми на дијабет. Лицата со дијабет тип 1 најчесто не произведуваат сопствен инсулин и затоа мора да примаат инсулински инекции за да преживеат. Лицата со дијабет тип 2 – облик кој го имаат 90% од дијабетичарите - обично произведуваат сопствен инсулин но недоволно или не можат истиот да го искористат соодветно. Заболениите од дијабет тип 2 најчесто имаат прекумерна телесна тежина и се физички неактивни, а токму овие две состојби ги зголемуваат потребите од инсулин кај човекот.

Со текот на времето високото ниво на шеќер во крвта може сериозно да ги оштети сите главни системи на органи во телото, при што како последица се јавуваат срцеви удари, мозочни удари, оштетување на нервите, бубрежна инсуфициенција, слепило, импотенција и инфекции кои можат да доведат до ампутации.

Светски ден на здравјето 2016 година: клучни пораки

СЗО го посветува Светскиот ден на здравјето - 7 април 2016 година – на дијабетот бидејќи:

1. Дијабетичната епидемија доживува брз пораст во голем број земји, а документирано пораст е најдраматичен во земјите со низок и среден доход.
2. Голем процент од случаите на дијабет може да се спречат. Едноставни мерки поврзани со начинот на живот се имаат покажано како делотворни во спречувањето или пролонгирањето на почетокот на дијабетот тип 2. Одржувањето нормална телесна тежина, практикувањето редовна физичка активност и здравата исхрана можат да го намалат ризикот од дијабет.
3. Дијабетот може да се лечи. Оваа болест може да се контролира и со работите да се управува на начин што ќе се избегнат компликации. Најзначајни компоненти на одговорот на оваа болест се: полесниот пристап до дијагноза, едукацијата за тоа како заболениот може сам да се справува со болеста и пристапната цена на чинење на лекувањето.
4. Напорите за спречување и лекување на дијабетот ќе бидат важни за остварување на глобалната одржлива развојна цел 3, која се однесува на намалување на прераната смртност од незаразните болести за една третина до 2030 година. Многу сектори од општеството имаат улога во остварувањето на оваа цел, а тоа се владите, работодавачите, едукаторите, производителите, граѓанското општество, приватниот сектор, медиумите и самите поединци.

Цел на Светскиот ден на здравјето 2016 година: зајакнување на превенцијата, подобрување на негата и засилување на надзорот над дијабетот

Главните цели на кампањата по повод Светскиот ден на здравјето за 2016 година ќе бидат следниве:

1. Да се зголеми свесноста за експанзијата на дијабетот и за огромниот товар и последици што ги носи оваа болест, особено во земјите со низок и среден доход;
2. Да се активира пакет од конкретни, делотворни и економски пристапни мерки за борба против дијабетот. Пакетот ќе содржи и чекори за превенција на дијабетот и за дијагностицирање, лекување и нега на болните; и
3. Да се инаугурира првиот Глобален извештај за дијабет кој ќе ги опише товарот и последиците од болеста и ќе се заложат за посилен здравствени системи кои ќе обезбедат подобрен надзор, зајакната превенција и поделотворно справување со дијабетот.

Преземено од Министерство за здравство на РМ.
Април, 2016