

Светски дан здравља – 7. април 2016. године

„ПОБЕДИ ДИЈАБЕТЕС“

Поводом обележавања Светског дана здравља, 7. априла (четвртак) 2016. године, у холу Института за јавно здравље Војводине, одржаће се јавна манифестација у периоду од 08 до 09 часова, на којој ће посетиоци моћи да измере крвни притисак, шећер у крви, телесну тежину и обим струка.

Глобална епидемија дијабетеса је један од највећих јавноздравствених изазова 21. века са великим хуманим, социјалним и економским последицама. Оболели од дијабетеса имају 2 –4 пута већи ризик од шлога и срчаног инфаркта. Поред тога, дијабетес је најчешћи узрок слепила код радноактивног становништва, терминалне бубрежне болести и нетрауматских ампутација доњих екстремитета.

На Генералној скупштини УН 2006. године усвојена је Резолуција о дијабетесу. Тада је по први пут једно незаразно обољење – дијабетес, означено као глобални проблем који се третира попут епидемије заразне болести. Дијабетес сваке године односи исти број живота као ХИВ/АИДС! У свету око 415 милиона људи има дијабетес, а број оболелих и даље расте невероватном брзином посебно у земљама у развоју. Већина оболелих је старости 45–65 година, што одговара најпродуктивнијем периоду живота.

Србија има узлазни тренд оболевања земаља у транзицији. Према резултатима „Истраживања здравља становништва Србије“, у протеклих 10 година број особа са дијагнозом дијабетеса порастао је готово 50%, тако да данас у Србији око 470.000 особа (8,1% становништва) живи са дијабетесом. Ако томе додамо још 40% оболелих, код којих дијабетес још није откривен, укупан број оболелих од шећерне болести у Србији процењује се на 760.000.

У АП Војводини 2014. године инциденција оболелих од шећерне болести била је 5516, а стопа 290/100.000 становника. На територији Јужнобачког округа у 2014. години стопа инциденције оболелих од шећерне болести била је 281/100.000 становника док је на територији Града Новог Сада 2014. године регистровано је 1.029 особа са шећерном болести (тип1 22 особе; тип2 1.006 особа). Највећим делом то су особе са типом 2 дијабетеса, који обухвата преко 90% оболелих. Овај тип шећерне болести се сваке године у нашој земљи дијагностикује у просеку код 16.000 особа, обично после 40. године живота, нешто чешће код особа женског пола. Последњих година тип 2 дијабетеса није више толико редак ни код млађих особа и адолесцената, као последица растуће епидемије гојазности.

Број особа са типом 1 дијабетеса вишеструко је мањи у односу на особе са типом 2 дијабетеса и износи 5–10% пацијената. То никако не умањује његов значај, посебно ако знамо да је тип 1 дијабетеса једно од најчешћих хроничних обољења у детињству. У питању су деца која се од најранијег периода свог живота лече инсулином. Према подацима Института за јавно здравље – Регистра за дијабетес, у нашој земљи од типа 1 дијабетеса годишње оболи приближно 157 девојчица и дечака узраста до 14 година, уз годишњи пораст оболевања од 4%. Оваква инциденција нас сврстава у ред земаља умереног ризика оболевања од типа 1 дијабетеса. Највећи број оболелих се дијагностикује у пубертету, у узрасту 10–14 година. Нажалост, превенција типа 1 дијабетеса који у највећој мери погађа најмлађе, још увек није могућа. Фактори спољашње средине, за које се сматра да су иницијатори процеса који доводе до деструкције ћелија које производе инсулин, још увек су предмет истраживања.

Веома охрабрује чињеница да се променом животних навика може спречити или одложити настанак најчешћег типа дијабетеса, типа 2. Клиничка истраживања су показала да релативно мале промене у стилу живота: **усвајање правилног начина исхране, повећање физичке активности и одржавање нормалне телесне тежине смањују ризик за настанак дијабетеса преко 50%.**

У том циљу, наша земља донела је 2008. године Стратегију за превенцију и контролу хроничних незаразних болести Републике Србије и 2009. године Национални програм превенције и ране детекције типа 2 дијабетеса на примарном нивоу здравствене заштите у Србији.

Поред здравог стила живота, веома је важно редовно контролисати своје здравље код изабраног лекара. На основу најновијег Правилника о садржају и обиму права на здравствену заштиту из обавезног здравственог осигурања и о партиципацији („Сл. гласник РС”, бр. 7/2011), све особе од 18 до 35 година имају право на систематски преглед једном у 5 година (који подразумева општи клинички преглед уз све неопходне лабораторијске анализе), а особе старије од 35 година процену ризика за настанак типа 2 дијабетеса и рану детекцију типа 2 дијабетеса по утврђеном алгоритму Националног програма превенције и ране детекције типа 2 дијабетеса у Србији.

Оболели од дијабетеса треба редовно да мере ниво шећера у крви, узимају прописану терапију, буду физички активни, прилагоде своје навике у исхрани и да престану да пуше. Лоша контрола болести имаће за последицу повећан ризик за настанак компликација и ризик од превремене смрти.