

AKTUELNO: Svetski dan zdravlja 2016. – Pobedi dijabetesu•

01.04.2016

Svake godine, Svetska zdravstvena organizacija bira prioritetu oblast globalnog javnog zdravlja koja je tema Svetskog dana zdravlja zdravlja. Tema za Svetski dan zdravlja 2016 je – Pobedi dijabetesu•. ÅeÅterna bolest se s pravom naziva globalnom epidemijom, jer broj obolelih osoba u svetu raste do nivoa koji su bili nezamislivi pre samo nekoliko decenija. Postoji viÅje razloga za ovu pojavu, a najznaÄ•ajniji je promena naÄ•ina Å¾ivota koju obeleÅ¾ava veÄ•ti unos visokokaloriÄ•ne hrane i smanjena fiziÄ•ka aktivnost.

Najnovije svetske procene govore daÅ 415 miliona osoba od 20 do 79 godina Å¾ivi sa ÅjeÅ•ernom boleÄ•tu. ÅŒak polovina obolelih osoba nema postavljenu dijagnozu bolesti te se ne leÄ•i. MeÄ•u skoro 5 miliona osoba koje godiÅ•nje umru zbog ÅjeÅ•erne bolesti, svaka druga osoba mlaÄ•a je od 60 godina. VeÄ•ina obolelih je starosti 45–65 godina, Åjto odgovara najproduktivnijem periodu Å¾ivota. Na svetskom Å nivou, troÅ•kovi zdravstvene zaÅ•tite vezane uz ÅjeÅ•eru bolest iznose preko 670 milijarde dolara.

U Evropi od ÅjeÅ•erne bolesti boluje 60 miliona osoba, a troÅ•kovi leÄ•enja i nege za ÅjeÅ•ernu bolest iznose preko 150 milijarde ameriÄ•kih dolara godiÅ•nje. Ipak, preko 620.000 osoba godiÅ•nje umre od njenih posledica. Unutar evropske regiona, ÅjeÅ•erna bolest je najÄ•eÅ•ja u Turskoj i zemljama istoÄ•ne Evrope.

NaÄ•ja zemlja prati uzlazni trend obolenja zemalja u tranziciji. Prema rezultatima ÅžlstraÅ¾ivanja zdravlja stanovniÅ•tva Srbijeâ•, u proteklih 10 godina broj osoba sa dijagnozom dijabetesa porastao je gotovo 50%, tako da danas u Srbiji oko 470.000 osoba (8,1% stanovniÅ•tva) Å¾ivi sa dijabetesom. Ako tome dodamo joÅ•i 40% obolelih, kod kojih dijabetes joÅ•i nije otkriven, ukupan broj obolelih od ÅjeÅ•erne bolesti u Srbiji procenjuje se na 760.000.

NajveÄ•im delom to su osobe sa tipom 2 dijabetesa, koji obuhvata preko 90% obolelih. Ovaj tip ÅjeÅ•erne bolesti se svake godine u naÄ•oj zemlji diagnostikuje u proseku kod 16.000 osoba, obiÄ•no posle 40. godine Å¾ivota, neÅ•to Å•eÅ•je kod osoba Å¾enskog pola. Poslednjih godina tip 2 dijabetesa nije viÅ•je toliko redak ni kod mlaÄ•ih osoba i adolescenata, kao posledica rastuÅ•je epidemije gojaznosti.

Broj osoba sa tipom 1 dijabetesa viÅ•estruko je manji u odnosu na osobe sa tipom 2 dijabetesa i iznosi 5–10% pacijenata. To nikako ne umanjuje njegov znaÄ•aj,

posebno ako znamo da je tip 1 dijabetesa jedno od najčešćih hroničnih oboljenja u detinjstvu. U pitanju su deca koja se od najranijeg perioda svog života leče insulinom. Prema podacima Instituta za javno zdravlje „Registra za dijabetes, u našoj zemlji od tipa 1 dijabetesa godišnje oboli približno 157 devojčica i dečaka uzrasta do 14 godina, uz godišnji porast obolevanja od 4%. Ovakva incidencija nas svrstava u red zemalja umerenog rizika obolevanja od tipa 1 dijabetesa. Najveći broj obolelih se dijagnostikuje u pubertetu, u uzrastu 10–14 godina. Naša cilost, prevencija tipa 1 dijabetesa koji u najvećoj meri pogača najmlađe, još uvek nije moguća. Faktori spoljašnje sredine, za koje se smatra da su inicijatori procesa koji dovode do destrukcije betaćelija koje proizvode insulin, još uvek su predmet istraživanja.

Međutim, veoma ohrabruje činjenica da se promenom životnih navika može sprečiti ili odložiti nastanak najčešćeg tipa dijabetesa, tipa 2. Klinička istraživanja su pokazala da relativno male promene u stilu života: usvajanje pravilnog načina ishrane, povećanje fizičke aktivnosti i održavanje normalne telesne težine smanjuju rizik za nastanak dijabetesa preko 50%. U tom cilju, naša zemlja donela je 2008. godine Strategiju za prevenciju i kontrolu hroničnih nezaraznih bolesti Republike Srbije i 2009. godine Nacionalni program prevencije i rane detekcije tipa 2 dijabetesa na primarnom nivou zdravstvene zaštite u Srbiji. Pored zdravog stila života, veoma je važno redovno kontrolisati svoje zdravље kod izabranog lekara. Na osnovu najnovijeg Pravilnika o sadržaju i obimu prava na zdravstvenu zaštitu iz obaveznog zdravstvenog osiguranja i o participaciji („ZSI. glasnik RS“, br. 7/2011), sve osobe od 18 do 35 godina imaju pravo na sistematski pregled jednom u 5 godina (koji podrazumeva opštiti klinički pregled uz sve neophodne laboratorijske analize), a osobe starije od 35 godina procenu rizika za nastanak tipa 2 dijabetesa i ranu detekciju tipa 2 dijabetesa po utvrđenom algoritmu Nacionalnog programa prevencije i rane detekcije tipa 2 dijabetesa u Srbiji. Oboli od dijabetesa treba redovno da mere nivo sljeđera u krvi, uzimaju propisanu terapiju, da budu fizički aktivni, prilagode svoje navike u ishrani i da prestanu da pušte. Loša kontrola bolesti imaće za posledicu povećan rizik za nastanak komplikacija i rizik od prevremene smrti.