

AKTUELNO: Svetski dan zdravlja 2016. – Pobedi dijabetes

01.04.2016

Svake godine, Svetska zdravstvena organizacija bira prioritetnu oblast globalnog javnog zdravlja koja je tema Svetskog dana zdravlja. Tema za Svetski dan zdravlja 2016 je – Pobedi dijabetes. A eterna 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 više razloga za ovu pojavu, a najznačajniji je promena našina života koju obeležava veći unos visokokalorične hrane i smanjena fizička aktivnost.

Najnovije svetske procene govore da 415 miliona osoba od 20 do 79 godina živi sa šećernom bolešću. Čak polovina obolelih osoba nema postavljenu dijagnozu bolesti te se ne leči. Među skoro 5 miliona osoba koje godišnje umru zbog šećerne bolesti, svaka druga osoba mlađa je od 60 godina. Većina obolelih je starosti 45–65 godina, što odgovara najproduktivnijem periodu života. Na svetskom nivou, troškovi zdravstvene zaštite vezane uz šećernu bolest iznose preko 670 milijarde dolara.

U Evropi od šećerne bolesti boluje 60 miliona osoba, a troškovi lečenja i nege za šećernu bolest iznose preko 150 milijarde američkih dolara godišnje. Ipak, preko 620.000 osoba godišnje umre od njenih posledica. Unutar evropske regiona, šećerna bolest je najčešća u Turskoj i zemljama istočne Evrope.

Naša zemlja prati uzlazni trend obolevanja zemalja u tranziciji. Prema rezultatima istraživanja zdravlja stanovništva Srbije, u proteklih 10 godina broj osoba sa dijagnozom dijabetesa porastao je gotovo 50%, tako da danas u Srbiji oko 470.000 osoba (8,1% stanovništva) živi sa dijabetesom. Ako tome dodamo još 40% obolelih, kod kojih dijabetes još nije otkriven, ukupan broj obolelih od šećerne bolesti u Srbiji procenjuje se na 760.000.

Najvećim delom to su osobe sa tipom 2 dijabetesa, koji obuhvata preko 90% obolelih. Ovaj tip šećerne bolesti se svake godine u našoj zemlji dijagnostikuje u proseku kod 16.000 osoba, obično posle 40. godine života, nešto ređe kod osoba ženskog pola. Poslednjih godina tip 2 dijabetesa nije više toliko redak ni kod mlađih osoba i adolescenata, kao posledica rastuće epidemije gojaznosti.

Broj osoba sa tipom 1 dijabetesa višestruko je manji u odnosu na osobe sa tipom 2 dijabetesa i iznosi 5–10% pacijenata. To nikako ne umanjuje njegov značaj,

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 devojica 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. Nažalost, prevencija tipa 1 dijabetesa koji u najvećoj meri pogađa najmlađe, još uvek nije moguća. Faktori spoljašnje sredine, za koje se smatra da su inicijatori procesa koji dovode do destrukcije ćelija 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 zdravlje kod izabranog lekara. Na osnovu najnovijeg Pravilnika o sadržaju i obimu prava na zdravstvenu zaštitu iz obaveznog zdravstvenog osiguranja i o participaciji (Sl. glasnik RS, br. 7/2011), sve osobe od 18 do 35 godina imaju pravo na sistematski pregled jednom u 5 godina (koji podrazumeva opšti 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 utvrdjenom algoritmu Nacionalnog programa prevencije i rane detekcije tipa 2 dijabetesa u Srbiji. Oboleli od dijabetesa treba redovno da mere nivo šećera u krvi, uzimaju propisanu terapiju, da budu fizički aktivni, prilagode svoje navike u ishrani i da prestanu da puše. Loša kontrola bolesti imaće za posledicu povećan rizik za nastanak komplikacija i rizik od prevremene smrti.