

Svetski dan borbe protiv ÅjeÄ‡erne bolesti, 14. novembar

12.11.2020

Å eÄ‡erna bolest (Diabetes mellitus)

Å predstavlja jednu od najÄ•eÄ‡ih hroniÄ•nih nezaraznih bolesti i zato je veliki javno-zdravstveni problem. Po proceni Svetske zdravstvene organizacije i MeÄ‘unarodne federacije za dijabetes do 2030. godine u svetu Ä‡e 438 miliona ljudi bolovati od dijabetesa. NajveÄ‡i porast broja obolelih se upravo oÄ•ekuje u zemljama u razvoju, u koje spada i naÅ¡a zemlja. Prema pomenutim izvorima podataka, Srbiji od dijabetesa boluje oko 600000 ljudi (8,2%) populacije, a od dijabetesa tipa 2 boluje viÅje od 95% od ovog broja. TakoÄ'e, prema nekim studijama najmanje polovina pacijenata sa ovom bolesti nema postavljenu dijagnozu obzirom da kod njih bolest nije ni prepoznata.

Â

Kako sa godinama starosti

raste i prevalencija obolevanja od svih hroniÄ•nih bolesti pa i od diajbetesa, viÅje od polovine obolelih je iz starosne grupe preko 65 godina. NaÅ¾alost, kod velikog broja ljudi dijagnoza bolesti se postavlja u odmaklom stadijumu, kada su prisutne brojne komplikacije. U Srbiji kao i nekim razvijenim zemljama u svetu dijabetes je peti po uÄ•estalosti uzrok optereÄ‡enosti boleÄ¡aju i peti uzrok smrtnosti. Od posledica dijabetesa u naÅ¡oj zemlji godiÅ¡nje umre oko 3000 ljudi. Ovaj broj je i veÄ‡i ako se uzmu u obzir nedostaci pri evidentiranju uzroka umiranja, naroÄ•ito kod umrlih od infarkta mozga, srca i hroniÄ•ne bolesti bubrega.

Â

Osnovni faktori rizika za tip 2 dijabetesaÂ su:

porodiÄ•no optereÄ‡enje boleÄ¡aju (roditelji, braÄ‡a, sestre)

gojaznost

godine starosti

ranije potvrÄ‘en sindrom intolerancije glukoze

podaci o gestacijskom dijabetesu

druge bolesti (poviÅjen krvni pritisak, poviÅjen nivo masnoÅ¡ta u krvi, policistiÄ•ni jajnici kod Å¾ena)

Â Pravilna ishrana je veoma

<https://www.zjzvranje.org.rs>

Powered by Joomla!

Generisano: 2 May, 2024, 03:53

važe na u prevenciji dijabetesa, ali i u lečenju i usporavanju razvoja komplikacija ove bolesti. Korekcija navika vezanih za ishranu, fizičku aktivnost, stres, pušenje i drugih od znajućnog su uticaja na prevenciju ili na odlaganje nastanka dijabetesa tipa 2. Nastanak dijabetesa tip 1 ne može se sprečiti, ali se navedenim korekcijama može povoljno uticati na komplikacije Češte bolesti u smislu njihovog odlaganja i usporavanja nastanka.

Naznačene promene zavise od volje, upornosti i disciplinovanosti obolelog, ali i od podrške porodice i socijalnog okruženja. Na globalnom nivou, neophodno je da se uključe svi akteri društva kako bi se dostupnost zdrave hrane povećala ka svim stanovnicima. Potrebno je podržati promocije, kampanje i učiniti da dobri izbori postanu laki izbori.

Centar za promociju zdravlja ZZJZ Vranje

Â