

## Светски дан дијабетеса 2018-2019.



Тема Светског дана дијабетеса и Светског месеца дијабетеса 2018. и 2019. године је „Дијабетес и породица” и обележава се са слоганом „Дијабетес утиче на породицу”.

Активности ове кампање у борби против дијабетеса, коју ће Интернационална дијабетес федерација (ИДФ) спроводити наредне две године, имаће за циљ:

- Подизање свести о утицају дијабетеса на породицу и неопходности пружања подршке таквим породицама.
- Промоцију улоге породице у управљању дијабетесом, лечењу, превенцији и едукацији о дијабетесу.

**Тренутно преко 425 милиона људи живи са дијабетесом.** Већина оболелих има тип 2 дијабетеса, који се у великој мери може спречити кроз редовну физичку активност, правилну и уравнотежену исхрану и промоцију здравог животног окружења. Породица игра кључну улогу у модификацији фактора ризика за тип 2 дијабетеса, на које можемо утицати и мора јој се обезбедити образовање, ресурси и здраво животно окружење.

**Свака друга особа са типом 2 дијабетеса не зна да има дијабетес.** Рана дијагноза и лечење су кључни за спречавање компликација дијабетеса и постизање бољих исхода болести. Све породице су потенцијално погођене дијабетесом, тако да је свест о знацима, симптомима и факторима ризика од виталног значаја за његово раније откривање.

**Дијабетес може представљати велики економски терет за појединца и породицу.** У многим земљама, само трошкови ињекције инсулина и дневног мониторинга гликемије представљају половину просечног породичног прихода. Доступност неопходним лековима за дијабетес, медицинским помагалима и средствима је ван економског домашаја многих. Због тога је један од приоритета ове кампање унапређење доступности лекова, медицинских помагала и дијабетолошке здравствене заштите, који значајно утичу на исход болести.

**Приближно сваком четвртом члану породице су доступни образовни програми за дијабетес.** Доказано је да породична подршка у дијабетолошкој здравственој заштити има значајан ефекат у унапређењу исхода болести. Због тога је важно обезбедити доступност едукације и подршке самоконтроли свим особама оболелим од дијабетеса и њиховим породицама, како би се смањио психолошки утицај болести који може да резултира лошим квалитетом живота.

### Дијабетес у свету

- Свака 11. одрасла особа или 425 милиона људи има дијабетес.
- Очекује се да ће број људи са дијабетесом до 2030. године достићи број од 522 милиона.

- Свака друга особа са дијабетесом не зна да има шећерну болест (212 милиона).
- У земљама са ниским и средњим приходом три од четири особе живи са дијабетесом.
- Преко милион деце и адолесцената има тип 1 дијабетеса.
- Свако шесто новорођенче је било изложено високом нивоу глукозе у крви током трудноће.
- Две трећине особа са дијабетесом чини радноактивно становништво (327 милиона).
- Дијабетес је био узрок 4 милиона смртних исхода 2017. године.
- Дијабетес је 2017. године био узрок трошкова у здравству у износу најмање 727 милијарди долара – што је више од војног буџета одбране САД-а и Кине заједно!



### Дијабетес у Србији

- У Србији је дијабетес пети водећи узрок умирања и пети водећи узрок оптерећења болестима.
- Институт за јавно здравље Србије процењује да око 710.000 одраслог становништва Србије има дијабетес.
- Половину оболелих чини радно способно становништво.
- Приближно 39% оболелих није дијагностиковано и не зна да има дијабетес.
- Дијабетес се често открива случајно, када је болест унапредовала и компликације наступиле. Према подацима Института за јавно здравље Србије, готово 1/3 пацијената већ има једну или више касних компликација у тренутку постављања дијагнозе дијабетеса.

### За рано откривање дијабетеса неопходно је учешће породице:

- Свака друга особе са дијабетесом не зна да има дијабетес. Рана дијагностика и лечење су кључни за спречавање или одлагање настанка тешких компликација дијабетеса.
- Ако се тип 1 дијабетеса не открије на време, постоји велика вероватноћа за настанак тешке инвалидности или смрти. Упознајте знаке и симптоме да би заштитили себе и своју породицу.

### У превенцији типа 2 дијабетеса учествује и породица:

- Многи случајеви тип 2 дијабетеса се могу спречити усвајањем здравог стила живота. Смањивање ризика за настанак типа 2 дијабетеса почиње у породици.

- Када се породица здраво храни и заједно вежба, сви чланови породице имају користи и на тај начин међусобно подстичу протективна понашања у превенцији типа 2 дијабетеса.
- Уколико неко од чланова ваше породице има дијабетес, упознајте се са ризицима и знацима упозорења како би спречили настанак дијабетеса и његових компликација.
- Породице треба да живе у окружењу које подржава здрав животни стил и помаже им у спречавању настанка типа 2 дијабетеса.

### **О мом дијабетесу брине и моја породица:**

- Управљање дијабетесом захтева свакодневну терапију, редовно праћење болести, здрав начин живота и стално учење о болести. Подршка породице је кључна.
- Сви здравствени радници треба да поседују знања и вештине како би помогли појединцима и њиховим породицама у управљању дијабетесом.
- Континуирано образовање и подршка треба да буду доступни свим појединцима и њиховим породицама као помоћ у управљању дијабетесом.
- Неопходни лекови и дијабетолошка здравствена заштита морају бити доступни свакој породици.