

AKTUELNO: Svetski dan zdravlja 2016. â€žPobedi dijabetesâ€œ

01.04.2016

Svake godine, Svetska zdravstvena organizacija bira prioritetsnu oblast globalnog javnog zdravlja koja je tema Svetskog dana zdravlja zdravlja. Tema za Svetski dan zdravlja 2016 je â€žPobedi dijabetesâ€œ. â€žerna 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 viâ€ž razloga za ovu pojavu, a najznaâ€žajniji je promena naâ€žina â€života koju obeleâ€žava veâ€ž unos visokokaloriâ€žne hrane i smanjena fiziâ€žka aktivnost.

Najnovije svetske procene govore daâ€ž 415 miliona osoba od 20 do 79 godina â€živi sa â€žernom boleâ€žu. â€žak polovina obolelih osoba nema postavljenu dijagnozu bolesti te se ne leâ€ž. Meâ€žu skoro 5 miliona osoba koje godiâ€žnje umru zbog â€žerne bolesti, svaka druga osoba mlaâ€ža je od 60 godina. Veâ€žina obolelih je starosti 45â€ž65 godina, â€žto odgovara najproduktivnijem periodu â€života. Na svetskom â€ž nivou, troâ€žkovi zdravstvene zaâ€žtite vezane uz â€žernu bolest iznose preko 670 milijarde dolara.

U Evropi od â€žerne bolesti boluje 60 miliona osoba, a troâ€žkovi leâ€ženja i nege za â€žernu bolest iznose preko 150 milijarde ameriâ€žkih dolara godiâ€žnje. Ipak, preko 620.000 osoba godiâ€žnje umre od njenih posledica. Unutar evropske regiona, â€žerna bolest je najâ€žeâ€žta u Turskoj i zemljama istoâ€žne Evrope.

Naâ€ž zemlja prati uzlazni trend obolevanja zemalja u tranziciji. Prema rezultatima â€žIstraâ€živanja zdravlja stanovniâ€žtva Srbijeâ€ž, u proteklih 10 godina broj osoba sa dijagnozom dijabetesa porastao je gotovo 50%, tako da danas u Srbiji oko 470.000 osoba (8,1% stanovniâ€žtva) â€živi sa dijabetesom. Ako tome dodamo joâ€ž 40% obolelih, kod kojih dijabetes joâ€ž nije otkriven, ukupan broj obolelih od â€žerne bolesti u Srbiji procenjuje se na 760.000.

Najveâ€žtim delom to su osobe sa tipom 2 dijabetesa, koji obuhvata preko 90% obolelih. Ovaj tip â€žerne bolesti se svake godine u naâ€žjoj zemlji dijagnostikuje u proseku kod 16.000 osoba, obiâ€žno posle 40. godine â€života, neâ€žto â€žeâ€žte kod osoba â€ženskog pola. Poslednjih godina tip 2 dijabetesa nije viâ€žje toliko redak ni kod mlaâ€žih osoba i adolescenata, kao posledica rastuâ€žte epidemije gojaznosti.

Broj osoba sa tipom 1 dijabetesa viâ€žestruko je manji u odnosu na osobe sa tipom 2 dijabetesa i iznosi 5â€ž10% pacijenata. To nikako ne umanjuje njegov znaâ€žaj,

posebno ako znamo da je tip 1 dijabetesa jedno od najrarijih 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. Našalost, 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 betaćelija koje proizvode insulin, još uvek su predmet istraživanja.

Međutim, veoma ohrabruje činjenica da se promenom životnih navika može sprečiti ili odložiti nastanak najrarijeg 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 utvrđenom 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 pušiti. Loša kontrola bolesti imaće za posledicu povećan rizik za nastanak komplikacija i rizik od prevremene smrti.