

14
ноября



Информационный бюллетень отдела общественного здоровья Гродненского областного ЦГЭОЗ

ЕДИННЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ



Всемирный день диабета

Всемирный День борьбы с сахарным диабетом проводится ежегодно 14 ноября – в день рождения канадского врача и физиолога Фредерика Бантинга, который вместе с врачом Чарльзом Бестом сыграл решающую роль в открытии в 1922 году инсулина – лекарства, спасающего жизнь людям, больным диабетом.

Темой Всемирного дня диабета на период 2021–2023 гг. была определена «Доступ к лечению диабета». Мероприятия будут сосредоточены на подчеркивании необходимости улучшения доступа к качественному обучению диабету для медицинских работников и людей, живущих с диабетом.

Сахарный диабет (СД) занимает приоритетное место среди международных медико-социальных задач, стоящих перед здравоохранением.

Медицинские работники должны знать, как обнаружить и диагностировать заболевание на ранней стадии и обеспечить наилучший уход; в то время как люди, живущие с диабетом, нуждаются в постоянном обучении, чтобы понимать свое состояние и выполнять ежедневный уход за собой, необходимый для поддержания здоровья и предотвращения осложнений.

В нашей стране организована работа 216 «Школ диабета». Для врачей и средних медицинских работников, непосредственно осуществляющих терапевтическое обучение пациентов по программам «школы диабета» подготовлено методическое руководство «Школа пациентов с сахарным диабетом: основы самоконтроля и управления заболеванием», которым обеспечены все школы диабета.

С учетом эпидемиологической обстановки развивается

дистанционная форма обучения в «Школе диабета», широко востребована пациентами дистанционная «Школа диабета», организованная Республиканским центром эндокринологии, городским эндокринологическим диспансером г.Минска.

Для работы в «Школах диабета» организована курс повышения квалификации специалистов со средним медицинским образованием «Диабетология. Основы работы «Школы диабета»



Профилактика сахарного диабета

Лучшая профилактика сахарного диабета – это рациональное полноценное питание, здоровый сон, отсутствие эмоциональных перегрузок, отказ от искусственных стимуляторов (сигареты, алкоголь), регулярные физические нагрузки, закаливание и профилактические обследования.

Простые меры по поддержанию здорового образа жизни оказываются эффективными для профилактики или отсрочивания диабета 2-го типа. Чтобы способствовать этому необходимо: добиться здорового веса тела и поддерживать его; быть физически активным; придерживаться здорового питания,

потребляя фрукты и овощи от 3 до 5 раз в день, и уменьшать потребление сахара и насыщенных жиров; воздерживаться от употребления табака.

Здоровый образ жизни для людей с сахарным диабетом является одним из ключевых моментов полноценного взаимодействия с окружающим миром.

Обратите внимание:

в 2021 году количество пациентов с СД в мире превысило 463 миллиона, при этом предполагается, что каждый второй пациент не выявлен;

растущее число людей, страдающих диабетом, создает дополнительную нагрузку на системы здравоохранения.

К сведению:

В Республике Беларусь:

на начало текущего года состояло под наблюдением 360 532 пациентов с СД, из них 18 542 с СД 1 типа, 338 086 с СД 2 типа;

ежегодный прирост числа пациентов с сахарным диабетом составляет 5-8%;

за последние 20 лет количество пациентов с СД увеличилось в 3 раза;

система обучения пациентов с СД начала формироваться с 90-х годов 20 века и в настоящее время терапевтическое обучение пациентов является одним из основополагающих компонентов лечения пациентов с СД.