



Tarptautinė diabeto federacija



Lapkričio 14-oji Pasaulinė diabeto ir Jungtinių Tautų diena

Nuo 1991 m. kasmet lapkričio 14-ąją minima Pasaulinė diabeto diena (PDD), kurios tikslas – atkreipti visuomenės ir vyriausybių dėmesį į šią ligą, jos komplikacijas, prevenciją ir ligos kontrolę, įskaitant mokymą ir informaciją įvairiomis žiniasklaidos priemonėmis.

2018–2019 m. tema – „Šeima ir diabetas“, ypač svarbi potemė **„Diabetas paliečia kiekvieną šeimą“**.

Svarbiausias šių metų kampanijos tikslas yra propaguoti žinojimą, kokią įtaką turi diabetas šeimai, ir skatinti šeimos vaidmenį valdant ligą, ją prižiūrint, kalbant apie prevenciją ir mokymąsi. Diabeto valdymas reikalauja kasdienio gydymo, reguliarios kontrolės, sveikos gyvensenos ir nuolatinio mokymo(si). Šeimos palaikymas yra svarbiausias dalykas. Visi sveikatos profesionalai turi turėti žinių ir įgūdžių, kurie padėtų sergantiesiems ir jų šeimoms valdyti ligą. Mokymas ir nuolatinė parama turi būti pasiekiami visiems asmenims ir jų šeimoms. Būtiniausi diabeto vaistai ir priežiūra privalo būti prieinami ir įperkami kiekvienai šeimai. Mažiau negu vienam iš dviejų sergančiųjų diabetu ir vienam iš keturių šeimos narių yra prieinamos mokymo programos. Vienas iš penkių sveikatos profesionalų po studijų negauna jokio mokymo apie diabetą (*Tarptautinės diabeto federacijos duomenys*).

Pasaulinė diabeto diena yra oficialiai pripažinta Jungtinių Tautų (toliau – JT) diena, kuri minima nuo 2007 metų. Tai paskelbė JT Generalinė Asamblėja, 2006 m. gruodžio 20 dieną pasirašydama rezoliuciją 61/225. Šia svarbia rezoliucija pripažinta, **kad diabetas yra „lėtinė, sunki ir brangiai kainuojanti liga, sukelianti sunkias komplikacijas, kurios daro žalą šeimoms, valstybėms ir visam pasauliui.“**

Kas yra diabetas? Diabetu susergama dėl nepakankamos insulino gamybos kasoje arba sutrikusio jo veikimo audiniuose. Insulinas yra kasos gaminamas hormonas, kurio reikia, kad kraujo gliukozė patektų į ląsteles ir būtų paversta energija. Tiek insulino stoka, tiek sutrikusi jo veikla gausina gliukozės kraujyje kiekį (hiperglikemija), dėl to ilgainiui pažeidžiamos organizmo kraujagyslės, įvairūs audiniai ir organai. Diabetas yra vyraujanti širdies ligų, insulto, aklumo, inkstų

nepakankamumo ir apatinių galūnių amputacijų priežastis. Ankstyva ligos diagnozė ir gydymas padeda išvengti ar atitolinti visą gyvenimą lydintis komplikacijas.

Diabeto paplitimas. Cukrinis diabetas – sunki lėtinė, gyvybei pavojinga liga. Pasaulyje diabetas plinta kaip epidemija. Tarptautinės diabeto federacijos atlaso VIII leidinio naujausiais duomenimis 2017 m. pasaulyje diabetu sirgo 425 mln. (8,8 %) 20–79 m. amžiaus gyventojų. Diabetu serga vienas iš 11 žmonių, be to, vienas iš dviejų žmonių nežino, kad jau serga. 224 mln. (46,3 %) pasaulio gyventojų liga dar nediagnozuota. Daugiau negu milijonas vaikų ir paauglių serga I tipo diabetu. Vienas iš šešių gimdymų nėštumo metu buvo veikiami per didelio kraujo gliukozės kiekio (hiperglikemijos). 2017 m. dėl diabeto ligos mirė 4 mln. žmonių, kas 6 sekundes – vienas žmogus. Du trečdaliai sergančiųjų diabetu yra darbingo amžiaus žmonės (327 mln.). Vienas JAV doleris iš devynių yra išleidžiamas diabetui. Vien 2017 m. išlaidos diabetui siekė 727 milijonų JAV dolerių. Tai sudaro žymiai daugiau negu JAV ir Kinijos gynybos biudžetai kartu.

Prognozuojama, kad 2045 m. pasaulyje sirgs beveik 629 mln. žmonių arba vienas iš dešimties. Europoje 2017 m. diabetu sirgo 58 mln., Lietuvoje – 20–79 m. amžiaus grupėje diabetas 2017 m. buvo diagnozuotas 108,7 tūkst. (5,2 %) gyventojų, be to, pažymima, kad 38,9 tūkst. sergančiųjų diabetu liga dar nediagnozuota, vadinasi, ir negydoma, todėl vystosi komplikacijos. Dėl diabeto ligos vien 2017 m. Lietuvoje mirė per 1,28 tūkst. šios amžiaus grupės sergančiųjų. Vienam sergančiajam Lietuvoje vidutiniškai išleidžiama apie 1,35 tūkst. JAV dolerių, Europoje – apie 2,87 tūkst. JAV dolerių, pasaulyje – apie 1,32 tūkst. JAV dolerių.

Rizikos veiksniai gali būti šie: nutukimas arba antsvoris; judėjimo stoka; anksčiau nustatytas gliukozės tolerancijos sutrikimas; nesubalansuotas maitinimasis; vyresnis negu 40 m. amžius; per didelis kraujospūdis; per didelis kraujo cholesterolis; artimi giminės sirgo ar serga diabetu; moterims – nėštumo diabetas; tautybė – dažniau diabetu serga azijiečiai, ispanai, vietiniai JAV, Kanados ir Australijos gyventojai, afroamerikiečiai.

Diabeto požymiai: dažnas šlapinimasis; besaikis troškulys; didėjantis alkis; svorio mažėjimas; nuovargis; negebėjimas susikaupti ar išlaikyti dėmesį; suprastėjusi rega; vėmimas ir skrandžio skausmai (dažnai painiojami su gripu); plaštakų ir pėdų dilgčiojimas ar nejautrumas; neryškus matymas; dažnos infekcijos; blogai gyjančios žaizdos. Sergantiesiems II tipo diabetu šie požymiai gali būti neryškūs arba jų žmogus gali iš viso nejausti. Jei I tipo diabetas diagnozuojamas pavėluotai, tai gali lydėti rimtas neįgalumas ar mirtis. Diabeto požymių žinojimas apsaugos Tave ir Tavo šeimą.

Lietuvos diabeto asociacija 2018 m. lapkričio 14 d. (trečiadienį) 10.45–16.30 val. organizuoja respublikinę konferenciją „Šeima ir diabetas“, kuri vyks Vilniuje, Gedimino pr. 28, IV a. salėje (KB Lietuvos kooperatyvų sąjungos pastate). Registracija – nuo 10.00 val. Tikimasi

sulaukti apie 250 dalyvių – sergančiųjų cukriniu diabetu ir jų šeimos narių, gydytojų, valdžios institucijų atstovų, žurnalistų. Skaityti pranešimų pakvietėme Lietuvos sveikatos mokslų universiteto, Vilniaus universiteto ir kitų įstaigų specialistus, taip pat kviečiame LR Seimo, Sveikatos apsaugos ministerijos ir kitų institucijų darbuotojus. Tikromis ligos istorijomis dalysis sergantieji I ir II tipo diabetu bei jų šeimos nariai. Veiks medicinos priemonių ekspozicijos. Bus atliekami nemokamai kraujo gliukozės tyrimai. Bus galimybė įsigyti įvairios literatūros.

Maloniai kviečiame ne tik sergančiuosius, bet ir visus žmones, kuriems rūpi sveikata, dalyvauti konferencijoje bei pasitikrinti, ar nesergate diabetu.

Registruotis į renginį bei daugiau informacijos apie jį teirautis Lietuvos diabeto asociacijoje
mob. 8 652 11555, el. paštu **info@dia.lt**.

Vida Augustinienė

Lietuvos diabeto asociacijos prezidentė

Ona Jurkauskienė

Gydytoja endokrinologė

Lietuvos diabeto asociacijos viceprezidentė