



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 cukrinį diabetą, šios ligos komplikacijas, prevenciją ir kontrolę, įskaitant mokymą ir informaciją įvairiomis žiniasklaidos priemonėmis.

2021–2023 m. tema – *Diabeto priežiūros prieinamumas.*

**Diabeto paplitimas pasaulyje.** Cukrinis diabetas – sunki lėtinė, gyvybei pavojinga liga. Naujausi Tarptautinės diabeto federacijos Diabeto atlaso X leidinio duomenys rodo spartų diabeto paplitimo didėjimą visame pasaulyje. Diabetas yra ženklus sveikatos, geros žmonių savijautos, šeimų ir visos visuomenės iššūkis. 2021 m. pasaulyje diabetas nustatytas 537 mln. gyventojų, nuo 2019 m. šis skaičius padidėjo 16 proc. (74 mln.). Vienas iš 10 suaugusiųjų serga cukriniu diabetu. Taip pat pasikeitė prognozės. Manoma, kad 2030 m. cukriniu diabetu sirgs 643 mln., o 2045 m. – 784 mln. (2019 m. buvo prognozuojama 700 mln.) gyventojų. Vien 2021 m. nuo diabeto ligos mirė 6,7 mln. pasaulio suaugusių gyventojų, t. y. 1 mirtis kas 5 sekundes (2019 m. buvo apie 4 mln.). Per maždaug 15 paskutinių metų diabeto išlaidos padidėjo 316 proc. 2021 m. diabeto išlaidos pasaulyje siekia 966 milijonus JAV dolerių. Be to, pasaulyje apie 541 mln. suaugusiųjų turi gliukozės tolerancijos sutrikimą. Tai sudaro didelę riziką šiems asmenims susirgti II tipo diabetu.

**Diabeto situacija Lietuvoje.** Cukrinis diabetas neaplenkia ir Lietuvos – 20–79 m. amžiaus gyventojų grupėje 1 tūkst. gyventojų tenka 186,9 (145,2–214,1) diabetu sergantys žmonės. Cukrinio diabeto paplitimas šio amžiaus gyventojų grupėje yra 9,5 proc. (7,4–10,8). Nediagnozuotų diabeto atvejų tos pačios amžiaus žmonių grupėje 1 tūkst. – 62,6 žmonės (48,7–71,7). 2021 m. sveikatos išlaidos vienam sergančiajam diabetu sudarė 1 342,5 JAV dolerių, mirė 5 870 diabetu sergančių žmonių. 2021 m. Lietuvoje sirgo 907 vaikai iki 19 m. amžiaus.

Detalūs Tarptautinės diabeto federacijos 2021 m. Diabeto atlaso X leidinio duomenys yra paskelbti Tarptautinės diabeto federacijos interneto puslapyje [www.idf.org](http://www.idf.org).

**Pasaulinė diabeto diena** yra oficialiai pripažinta Jungtinių Tautų (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 kiekį kraujyje (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 lydintį komplikacijas.

**Cukrinio diabeto rizikos veiksniai** gali būti šie: nutukimas arba antsvoris, judėjimo stoka, anksčiau nustatytas gliukozės tolerancijos sutrikimas, nesubalansuota mityba, 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 nejautra, 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, ši susirgimą gali lydėti rimtas neįgalumas ar mirtis. Diabeto požymių žinojimas apsaugos Tave ir Tavo šeimą.

**Pagrindinės diabeto valdymo priemonės** – dieta, fizinis aktyvumas, žinios, savikontrolė, gydymas vaistais.

**Diabeto priežiūros prieinamumas Lietuvoje.** Ne išimtis, kad diabetu sergančiųjų skaičius didėja ir Lietuvoje, tik gaila, kad neturime nacionalinio cukrinio diabeto profilaktikos, diagnozės, gydymo ir kontrolės plano, diabeto registro. Džiaugiamės, kad 2022 m. sausio 1 d. įsigaliojo Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2012 m. vasario 28 d. įsakymo Nr. V-159 „Dėl Cukrinio

diabeto ambulatorinio gydymo kompensuojamaisiais vaistais tvarkos aprašo pakeitimas“, kuriuo vadovaujamosi skiriant gydymą kompensuojamaisiais vaistais.

2022 m. atsirado galimybė II tipo diabetu sergantiesiems skirti savalaikį ligos gydymą modernesniais vaistais. Priimti sprendimai dėl I tipo diabetu sergantiesiems nuolatinio gliukozės kiekio stebėjimo sistemų, sudarytų iš keičiamųjų jutiklių ir siūstuvų, kompensavimo. Tačiau II tipo diabetu sergantiesiems trūksta savikontrolės priemonių tinkamai ligą valdyti. Tam vis nerandama lėšų.

Svarbu ne tik savalaikis diabeto ligos diagnozavimas, bet ir kiekvienam individualiai tinkama ligos priežiūra. Tam būtinas sergančiųjų diabetu mokymas ir tinkama kojų priežiūra. Būtina atnaujinti ar įkurti naujus diabeto mokymo ir kojų priežiūros kabinetus, būtent ambulatoriniu sveikatos priežiūros įstaigų lygiu, arčiau namų. Šiuo metu tokie kabinetai veikia tik nedaugelyje gydymo įstaigų. Nors jau nuo 2011 m. liepos 1 d. įsigaliojo slaugytojo diabetologo ir kojų priežiūros specialisto pareigybės, bet gydymo įstaigos neįsteigia šių etatų, motyvuodamos, kad yra per mažas paslaugų įkainis. Be to, gydymo įstaigos turi pačios savo lėšomis įrengti šios pagalbos kabinetus bei siūsti į mokymus slaugytojus atitinkamos kvalifikacijos specialistų licencijai gauti. Dėl tokių specialistų nebuvimo rajonuose, pacientai negali pasinaudoti galimybe gauti šias paslaugas.

**Lietuvos diabeto asociacija ir Lietuvos medicinos biblioteka 2022 m. lapkričio 14 d. organizuoja respublikinę konferenciją „Diabeto priežiūros prieinamumas“, skirtą Pasaulinei diabeto ir Jungtinių Tautų dienai paminėti. Konferencija vyks Lietuvos medicinos bibliotekoje, Kaštonų g. 7, Vilniuje. Konferencijos pradžia 10.00 val., pabaiga 15.00 val. Į renginį kviečiami cukriniu diabetu sergantieji, jų šeimos nariai, visi, kurie domisi šia liga. Planuojama, kad iš viso konferencijoje dalyvaus apie 150 dalyvių.**

**Į konferenciją prašome registruotis iki 2022 m. lapkričio 12 d. el. paštu [info@dia.lt](mailto:info@dia.lt) arba telefonu +370 652 11555.**

Įvairūs renginiai, skirti Pasaulinei diabeto dienai paminėti, vyksta visoje Lietuvoje. Daugiau informacijos apie juos galima gauti rajonų diabeto bendrijose, draugijose, klubuose.

Vida Augustinienė  
Lietuvos diabeto asociacijos prezidentė