

14. listopad – Světový den diabetu

Dne 14. listopadu si každoročně připomínáme Světový den diabetu. Při příležitosti tohoto dne probíhá celosvětová kampaň vedená Mezinárodní federací diabetes (IDF), jejímž cílem je zvýšit povědomí veřejnosti o onemocnění cukrovkou a o možnostech účinné prevence zvláště u diabetu 2. typu.



V rámci Světového dne diabetu probíhá po celém světě mnoho preventivních akcí, především tzv. **Pochody proti diabetu**.



Státní zdravotní ústav v Praze se pravidelně zapojuje do aktivit v rámci Světového dne diabetu a také v letošním roce pořádá řadu preventivních akcí na více místech republiky. Záměrem těchto akcí je upozornit širokou veřejnost na zásadní vliv životního stylu na vznik diabetu, ale i dalších civilizačních onemocnění.

Pozvánku ke dni diabetu naleznete zde:

http://www.szu.cz/uploads/documents/czsp/Eva_Ulicna_2017/Pozvanka_ke_Dni_diabetu.pdf

Co je diabetes neboli cukrovka?

Cukrovka (diabetes mellitus) patří mezi chronická neinfekční onemocnění, která dosud nejsou vyléčitelná. Základními typy diabetu jsou diabetes I. typu a diabetes II. typu – oba se projevují poruchou metabolismu cukrů (sacharidů) a zvýšením koncentrace glukózy v krvi (glykémie), avšak liší se ve své příčině.

Diabetes I. typu postihuje převážně děti, mladistvé a mladé dospělé osoby. U diabetu I. typu jsou ničeny buňky slinivky břišní, které produkují hormon inzulin, vlastním imunitním systémem. Dochází k absolutnímu nedostatku inzulinu, což vede k nutnosti doživotní aplikace inzulinu. Diabetes I. typu se řadí mezi tzv. autoimunitní choroby.

Diabetes II. typu vzniká v pozdějším věku, zpravidla po 40. roce života a je způsoben sníženou citlivostí tkání vlastního těla k inzulinu (relativní nedostatek inzulinu). Kromě jisté míry genetické predispozice tento typ diabetu úzce souvisí s nezdravým životním stylem (nadváha, obezita, nedostatek pohybu, stres). Diabetu II. typu lze účinně předcházet.

Čím dříve se podaří diabetes mellitus odhalit, tím menší je riziko komplikací v léčbě i riziko vzniku dalších závažných onemocnění (kardiovaskulární onemocnění, onemocnění ledvin, slepota).

Diabetes v České republice

V České republice je v posledních letech zaznamenán vysoký nárůst nových případů onemocnění diabetem, přičemž cca 90 – 95 % tvoří diabetici II. typu. Každoročně u nás přibývá 20 tisíc nových onemocnění a přibližně o dalších 200 tisících onemocnění se neví. Každý rok zemře v důsledku tohoto onemocnění v průměru 22 tisíc pacientů. (Zdroj: MZ ČR, Zpráva o zdraví obyvatel ČR 2014)

Výše uvedená čísla jsou alarmující, je proto velmi důležité šířit povědomí o tomto závažném onemocnění a o možnostech účinné prevence. Diabetu II. typu lze účinně předcházet vhodným životním stylem, především způsobem výživy, pohybovou aktivitou a udržováním správné hmotnosti.

Zdroj:

www.mzcr.cz, www.szu.cz

obrázky: <http://www.dendiabetu.cz/>, https://www.diabetes.org.uk/Get_involved/World-Diabetes-Day

Další důležité zdroje informací:

<http://www.szu.cz/publikace/14-listopad-svetovy-den-diabetu>

<http://www.dendiabetu.cz/>

<http://www.diabetickaasociace.cz/>

https://www.diabetes.org.uk/Get_involved/World-Diabetes-Day