

14. listopad – Světový den diabetu

Dne 14. listopadu si každoročně připomínáme **Světový den diabetu** (World Diabetes Day). U 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.

Diabetes mellitus (česky cukrovka), je závažné chronické onemocnění, které se projevuje zvýšenou hladinou cukru v krvi. Rozlišují se dva základní typy diabetu: diabetes 1. typu a diabetes 2. typu. Diabetes 1. typu postihuje převážně děti, mladistvé a mladé dospělé osoby. U diabetu 1. typu jsou ničeny buňky slinivky břišní, které produkují hormon inzulín, vlastním imunitním systémem. Dochází k absolutnímu nedostatku inzulínu, což vede k nutnosti doživotní aplikace inzulínu. Diabetes 2. typu vzniká v pozdějším věku, zpravidla po 40. roce života a je způsoben sníženou citlivostí tkání vlastního těla k inzulínu. Kromě určité míry genetické predispozice se na rozvoji diabetu 2. typu podílí především nesprávná výživa, obezita, nedostatek pohybové aktivity a stres. Diabetu 2. typu lze účinně předcházet vhodným životním stylem, zejména způsobem výživy a udržováním správné hmotnosti a pravidelnou pohybovou aktivitou.

Počet pacientů s diabetem celosvětově neustále stoupá; hovoří se o celosvětové epidemii diabetu. Diabetem trpí v České republice asi 7 % obyvatel, přičemž cca 90 – 95 % nemocných jsou diabetici 2. typu. Každoročně u nás přibývá více než 20 tisíc nových onemocnění, dalších přibližně 200 tisíc pravděpodobně není diagnostikováno a o svém onemocnění neví. Zároveň stále roste počet chronických komplikací základního onemocnění. (Zpráva o zdraví obyvatel ČR, 2014)



Test rizika cukrovky: <https://dendiabetu.cz/test/>

Kampaň Světového dne diabetu se každoročně zaměřuje na specializované téma, které trvá jeden rok i více let. **Tématem Světového dne diabetu 2018 - 2019 je Rodina a diabetes.** Podle IDF budou materiály kampaně a akce v průběhu dvouletého časového rámce zaměřeny na zvyšování povědomí o dopadu, který má diabetes na rodinu, na podporu lidí zasažených diabetem a dále na zdůraznění úlohy rodiny v péči, prevenci a vzdělávání v problematice diabetu.

Symbolem celosvětové kampaně ke Světovému dni diabetu je logo s modrým kruhem, které je mezinárodním symbolem pro informovanost o cukrovce. Označuje jednotu celosvětové diabetické komunity v reakci na epidemii diabetu.

V rámci Světového dne diabetu probíhá mnoho preventivních akcí jak po celém světě, tak také v České republice. Na mnoha místech naší země se uskuteční dne **14. listopadu** již tradiční **Pochod proti diabetu**, jehož záměrem je upozornit na skutečnost, že také chůze může být účinnou prevencí diabetu 2. typu. Více informací o této akci naleznete zde: <https://dendiabetu.cz/pochod-proti-diabetu/>



Zdroj:

Ministerstvo zdravotnictví ČR, 2014. Zpráva o zdraví obyvatel ČR. ISBN 978-80-85047-49-3

<https://dendiabetu.cz/>

<https://www.worlddiabetesday.org/about-wdd.html>

obrázek: www.pixabay.com

foto: <https://dendiabetu.cz/fotogalerie-2017/>

Důležité zdroje informací o diabetu:

<https://dendiabetu.cz/>

<http://diabetickaasociace.cz/>

<https://www.cukrovka.cz/>

<http://ocukrovce.cz/>