



## نیمی از مبتلایان به دیابت در جهان از بیماری خود خبر ندارند

معاون بهداشت وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در پیام خود به مناسبت هفته دیابت اعلام کرد: نیمی از مبتلایان به دیابت در جهان از بیماری خود خبر ندارند.

به گزارش روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی تبریز به نقل از وبدا، متن پیام دکتر حسین فرشیدی به شرح زیر است:

شعار امسال روز جهانی و هفته ملی دیابت «با آموزش دیابت، از آینده خود محافظت کنیم»

دیابت یکی از شایع ترین بیماری های غیرواگیر در جهان است. این بیماری چهارمین یا پنجمین علت مرگ در اکثر کشورهای با درآمد بالا (توسعه یافته) است. علاوه بر دیابت، اختلال تحمل گلوکز (IGT) نیز یکی از معضلات بزرگ در زمینه سلامت است. مبتلایان به اختلال تحمل گلوکز بیشتر از سایرین در معرض خطر ابتلا به دیابت و بیماری های قلبی عروقی هستند. تعداد مبتلایان به دیابت در گروه سنی 20 تا 79 سال در سال 2021 بیش از 537 میلیون نفر بوده است. پیش بینی می شود این تعداد تا سال 2045 از مرز 784 میلیون نفر بگذرد. تعداد مبتلایان به دیابت نوع 1 و نوع 2 در همه کشورهای جهان در حال افزایش است و متأسفانه بیش از 75 درصد بیماران در کشورهای با درآمد کم و متوسط زندگی می کنند.

نیمی از مبتلایان به دیابت (بیش از 230 میلیون نفر) از بیماری خود بی خبر هستند. دیابت سالانه عامل مستقیم 6.7 میلیون مرگ است (6 میلیون و هفتصد هزار نفر). هزینه های بهداشتی درمانی ناشی از دیابت در سال 2021 حداقل 966 میلیارد دلار بوده است.

دیابت و عوارض آن در اغلب کشورها یکی از علل اصلی مرگ زود هنگام است. یک سوم مرگ های ناشی از دیابت در سنین زیر 60 سال رخ می دهد. عوارض قلبی و عروقی یکی از علل اصلی مرگ در مبتلایان به دیابت است و در برخی از کشورها مسئول بیش از 50 درصد مرگ ها می باشد. برآورد تعداد کل بیماران دیابتی در جمعیت بالای 25 سال در ایران در سال 1399 (2020) بیش از 7 میلیون نفر بوده است.

در همان سال شیوع دیابت در جمعیت 25 سال و بالاتر مساوی با 14.15 درصد بوده است. میزان آگاهی از دیابت 73.29 درصد برآورد گردید و به عبارت دیگر سه چهارم بیماران از ابتلا به دیابت مطلع هستند. پوشش درمان 65.05 درصد و درمان موثر 31.06 درصد بوده است. میزان درمان موثر در جمعیت بیماران تحت پوشش در مراکز خدمات جامع سلامت، پایگاه های سلامت و خانه های بهداشت طی سال های 1399 و 1400 بیش از 50 درصد بوده است که حاکی از موفقیت برنامه پیشگیری و کنترل بیماری دیابت است که از سال 1383 در نظام سلامت کشورمان ادغام گردیده است. شعار امسال روز جهانی و هفته ملی دیابت «با آموزش دیابت، از آینده خود محافظت کنیم» می باشد.

آموزش اساس درمان دیابت است. طی سال های گذشته برنامه های آموزشی متعددی برای آموزش عموم و بیماران توسط معاونت بهداشت تهیه شده و توسط دانشگاه های علوم پزشکی کشور ارائه گردیده است. در سال جاری و سال های آتی نیز برنامه های آموزشی و مراقبت بیماران با جدیت بیشتری با هدف توانمند سازی بیماران ادامه خواهد یافت چرا که در کنترل بیماری دیابت، فرد مبتلا مهمترین نقش را دارد. متوسط قند خون در جمعیت بالای 25 سال کشورمان 105.51 میلیگرم در دسی لیتر بوده است که هشدار جدی برای عموم مردم است. خوشبختانه با درپیش گرفتن شیوه های سالم در زندگی تا 70 درصد می توان از ظهور بیماری دیابت نوع 2 پیشگیری نمود.

مطالعات نشان داده اند که مداخلات روش زندگی (Life Style) می تواند بروز دیابت را حداقل 11 سال به تاخیر بیندازد. مداخلات موثر در روش زندگی شامل کاهش وزن (حداقل 7 درصد) از وزن اولیه فرد با استفاده از رژیم غذایی سالم (کم چربی و کم کالری) و فعالیت بدنی با شدت متوسط (حداقل 150 دقیقه در هفته) می باشند.