

Svetski dan zdravlja – 7.april 2016. godine „POBEDI DIJABETES”

Globalna epidemija dijabetesa je jedan od najvećih javno zdravstvenih izazova 21. veka sa velikim humanim, socijalnim i ekonomskim posledicama. Oboleli od dijabetesa imaju 2 –4 puta veći rizik od šloga i srčanog infarkta. Pored toga, dijabetes je najčešći uzrok slepila kod radnoaktivnog stanovništva, terminalne bubrežne bolesti i netraumatskih amputacija donjih ekstremiteta. Na Generalnoj skupštini UN 2006. godine usvojena je Rezolucija o dijabetesu. Tada je po prvi put jedno nezarazno oboljenje – dijabetes, označeno kao globalni problem koji se tretira poput epidemije zarazne bolesti. Dijabetes svake godine odnosi isti broj života kao HIV/AIDS! U svetu oko 415 miliona ljudi ima dijabetes, a broj obolelih i dalje raste neverovatnom brzinom posebno u zemljama u razvoju. Većina obolelih je starosti 45–65 godina, što odgovara najproduktivnijem periodu života.

Naša zemlja sledi uzlazni trend obolevanja zemalja u tranziciji. Prema rezultatima „Istraživanja zdravlja stanovništva Srbije”, u proteklih 10 godina broj osoba sa dijagnozom dijabetesa porastao je gotovo 50%, tako da danas u Srbiji oko 470.000 osoba (8,1% stanovništva) živi sa dijabetesom. Ako tome dodamo još 40% obolelih, kod kojih dijabetes još nije otkriven, ukupan broj obolelih od šećerne bolesti u Srbiji procenjuje se na 760.000.

Najvećim delom to su osobe sa tipom 2 dijabetesa, koji obuhvata preko 90% obolelih. Ovaj tip šećerne bolesti se svake godine u našoj zemlji dijagnostikuje u proseku kod 16.000 osoba, obično posle 40. godine života, nešto češće kod osoba ženskog pola. Poslednjih godina tip 2 dijabetesa nije više toliko redak ni kod mlađih osoba i adolescenata, kao posledica rastuće epidemije gojaznosti.

U Južnobanatskom okrugu svake godine registruje se oko 950 novoobolelih od dijabetesa melitusa (u 2014.god prijavljeno je 957 novoobolelih). U poslednjih pet godina od ukupnog broja registrovanih obolelih samo 2-5% je prijavljeno pod dijagnozom dijabetes melitus tip 1, a ostatak kao dijabetes tip 2. U našem okrugu najveći broj novoobolelih registrovan je u uzrastu 45-64 godine i od dijabetesa češće su obolevale žene nego muškarci. Tokom 2015.god registrovana je znatna insuficijencija u prijavljivanju novoobolelih u našem okrugu posebno u Vršcu, Pančevu, Kovačici, Plandištu i Kovinu, te je neophodno skrenuti pažnju na važnost adekvatnih podataka u proceni zdravstvenog stanja stanovništva.

Tabela 1. Distribucija broja novoobolelih i stope incidencije dijabetesa melitusa tip 1 i tipa 2 po polu u Južnobanatskom okrugu od 2012. do 2015.godine, (stope na 100.000 stanovnika)

		Ukupno		Tip 1		Tip 2	
		broj	Inc.	broj	Inc.	broj	Inc.
2012	ukupno	952	324.1	19	6.7	933	317.6
	muškarci	456	316.8	12	8.3	444	308.4
	žene	496	331.2	7	4.7	489	326.5
2013	ukupno	964	328.1	15	5.1	949	323.0
	muškarci	453	314.6	9	6.2	444	308.4
	žene	511	341.1	6	4.0	505	337.1
2014	ukupno	961	327.2	23	7.8	938	319.3
	muškarci	449	311.9	14	9.7	435	302.2
	žene	512	341.8	9	6.0	503	335.8
2015	ukupno	544	185.2	10	3.4	534	181.8
	muškarci	260	180.6	3	2.0	257	178.5
	žene	284	189.6	7	4.7	277	184.9

Tabela 2. Distribucija broja obolelih i stope incidencije dijabetesa melitusa tip 1 i 2 po opštinama Južnobanatskog okruga u periodu 2013-2015.god. (stope na 100.000 stanovnika)

		JBO	Pančevo	Vršac	Kovin	Kovačica	Opovo	B. Crkva	Plandište	Alibunar
2013	DM 1	15	2	3	1	7	0	0	0	2
	Inc	5.1	1.6	5.7	2.9	27.7	0	0	0	9.9
	DM 2	941	374	168	110	72	39	80	28	70
	Inc	320.3	303.0	322.9	326.2	284.8	373.5	460.6	247.0	347.4
2014	DM 1	23	7	2	5	7	0	0	0	2
	Inc	7.8	5.7	3.8	14.8	27.7	0	0	0	9.9
	DM 2	938	361	189	106	80	28	108	27	39
	Inc	319.3	292.5	363.3	314.3	316.5	268.2	621.9	238.2	193.5
2015	DM 1	10	6	2	0	2	0	0	0	0
	Inc	3.4	4.8	3.8	0	7.9	0	0	0	0
	DM 2	534	166	41	75	43	55	75	21	58
	Inc	181.7	134.5	78.8	222.4	170.1	526.8	431.8	185.2	287.8

U našoj zemlji broj osoba sa tipom 1 dijabetesa višestruko je manji u odnosu na osobe sa tipom 2 dijabetesa i iznosi 5–10% pacijenata. To nikako ne umanjuje njegov značaj, posebno ako znamo da je tip 1 dijabetesa jedno od najčešćih hroničnih oboljenja u detinjstvu. U pitanju su deca koja se od najranijeg perioda svog života leče insulinom. Prema podacima Instituta za javno zdravlje – Registra za dijabetes, u našoj zemlji od tipa 1 dijabetesa godišnje oboli približno 157 devojčica i dečaka uzrasta do 14 godina, uz godišnji porast obolevanja od 4%. Ovakva incidencija nas svrstava u red zemalja umerenog rizika obolevanja od tipa 1 dijabetesa. Najveći broj obolelih se dijagnostikuje u pubertetu, u uzrastu 10–14 godina. Nažalost, prevencija tipa 1 dijabetesa koji u najvećoj meri pogađa najmlađe, još uvek nije moguća. Faktori spoljašnje sredine, za koje se smatra da su inicijatori procesa koji dovode do destrukcije ćelija koje proizvode insulin, još uvek su predmet istraživanja. U Južnobanatskom okrugu prosečno godišnje oboli troje dece uzrasta do 14 godina od dijabetesa tipa 1.

Međutim, veoma ohrabruje činjenica da se promenom životnih navika može sprečiti ili odložiti nastanak najčešćeg tipa dijabetesa, tipa 2. Klinička istraživanja su pokazala da relativno male promene u stilu života: usvajanje pravilnog načina ishrane, povećanje fizičke aktivnosti i održavanje normalne telesne težine smanjuju rizik za nastanak dijabetesa preko 50%. U tom cilju, naša zemlja donela je 2008. godine Strategiju za prevenciju i kontrolu hroničnih nezaraznih bolesti Republike Srbije i 2009. godine Nacionalni program prevencije i rane detekcije tipa 2 dijabetesa na primarnom nivou zdravstvene zaštite u Srbiji. Pored zdravog stila života, veoma je važno redovno kontrolisati svoje zdravlje kod izabranog lekara. Na osnovu najnovijeg Pravilnika o sadržaju i obimu prava na zdravstvenu zaštitu iz obaveznog zdravstvenog osiguranja i o participaciji („Sl. glasnik RS”, br. 7/2011), sve osobe od 18 do 35 godina imaju pravo na sistematski pregled jednom u 5 godina (koji podrazumeva opšti klinički pregled uz sve neophodne laboratorijske analize), a osobe starije od 35 godina procenu rizika za nastanak tipa 2 dijabetesa i ranu detekciju tipa 2 dijabetesa po utvrđenom algoritmu Nacionalnog programa prevencije i rane detekcije tipa 2 dijabetesa u Srbiji. Oboleli od dijabetesa treba redovno da mere nivo šećera u krvi, uzimaju propisanu terapiju, da budu fizički aktivne, prilagode svoje navike u ishrani i da prestanu da puše. Loša kontrola bolesti imaće za posledicu povećan rizik za nastanak komplikacija i rizik od prevremene smrti.