CUKRZYCA: CHROŃ SWOJĄ RODZINĘ

Cukrzyca to choroba przewlekła zagrażająca życiu. Każdy, kto z nią żyje powinien mieć świadomość, jakie niesie ona za sobą wyzwania. Począwszy od kontrolowania diety, dbania o regularne przyjmowanie leków, po częste sprawdzanie poziomu cukru we krwi.

W całym tym procesie to właśnie rodzina odrywa zasadniczą rolę wspierania bliskich, u których zdiagnozowano cukrzycę. Niezależnie od tego, czy jest to rodzic, który wstrzykuje dziecku insulinę, czy dziecko pomagające starszemu krewnemu pielęgnować rany przy stopie cukrzycowej.

Niestety nadal zbyt często zdarza się, że osoby żyjące z cukrzycą mają trudności z dzieleniem się problemami i troskami codzienności z chorobą. Międzynarodowa Federacja Diabetologiczna (IDF) przeprowadziła badania, na podstawie, których prawie jedna na dwie osoby z rozpoznaną cukrzycą (46%) twierdzi, że nie chce być obciążeniem dla swojej rodziny, a ponad połowa (51%) uważa, że diagnoza już stała się obciążeniem dla jego rodziny. Podczas gdy osoby chorujące na cukrzycę mają trudności z ujawnieniem choroby przed rodziną, jej członkowie chcieliby być poinformowani o diagnozie. IDF odkrył, że jedna trzecia badanych czuła się zaniepokojona (35%) lub przestraszona (33%), gdy u członka rodziny zdiagnozowano cukrzycę.

Współcześnie wiele rodzin nadal napotyka na trudności w dostępie do odpowiedniej edukacji, na temat tego jakie podjąć działania by zapobiec cukrzycy typu 2, czyli najbardziej rozpowszechnionej formy choroby. Tymczasem globalny wzrost cukrzycy typu 2 najczęściej związany jest z niezdrowym trybem życia. Dlatego tak ważne wydaje się zwiększanie nacisku na rządy i organy ochrony zdrowia, by jak najszybciej opracowały i wdrożyły lepsze programy profilaktyczne. Nie możemy dłużej liczyć na to, że ludzie sami będą żyć zdrowiej, kiedy nie wiedzą jak lub nie mogą sobie na to pozwolić.

Masa kolorowych reklam docierających z każdej strony, stale zachęca dzieci do nadmiernego spożywania pokarmów bogatych w cukier, sól i tłuszcz. Powinniśmy zrobić wszystko, aby edukować i uczynić zdrowszą dietę bardziej atrakcyjną. Rządy muszą ustanowić sztywne przepisy, które pomogą rodzicom w zapewnieniu swoim dzieciom zdrowej przyszłości. Ważne byśmy wszyscy zrozumieli, że cukrzyca to rosnąca globalna epidemia i szybko zbliżamy się do punktu, w którym stanie się ona niekontrolowana. Już każdego roku odpowiada ona za 4 mln zgonów i niezliczone orzeczenia inwalidztwa.

Najważniejsze narzędzia pomocne do zarządzania tym stanem to edukacja, wsparcie osób chorujących już na cukrzycę, dostęp do stałego i przystępnego cenowo leczenia, opieka na każdym poziomie ambulatoryjnym.

Od ponad 20 lat obchodzony jest Światowy Dzień Walki z Cukrzycą. Dzień ustanowiony w 1991 r. przez Międzynarodową Federację ds. Cukrzycy (IDF - International Diabetes Federation) oraz Światową Organizację Zdrowia (WHO) przypada 14 listopada

W 2012 r. Dzień Walki z Cukrzycą obchodzony będzie pod hasłem: „Cukrzyca: chrońmy naszą przyszłość”. Dzień ten ma być okazją do przypomnienia o problemie, z którym żyje wielu ludzi, ale również uświadomienia społeczeństwu niebezpieczeństwa związanego ze wzrostem zachorowań na cukrzycę.

Cukrzyca według WHO

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) definiuje cukrzycę jako: grupę chorób metabolicznych charakteryzujących się hiperglikemią (podwyższonym poziomem cukru we krwi) wynikającą z defektu produkcji lub działania insuliny wydzielanej przez komórki beta trzustki. Przewlekła hiperglikemia wiąże się z uszkodzeniem, zaburzeniem czynności i niewydolnością różnych narządów, szczególnie oczu, nerek, nerwów, serca i naczyń krwionośnych.

Cukrzyca nie jest chorobą jednolitą. Do jej najczęstszych typów należy cukrzyca typu 2. Cukrzyca ta najczęściej skojarzona jest z otyłością, w początkowym okresie nie wymaga leczenia insuliną, lecz leków zmniejszających oporność tkanek na insulinę. W cukrzycy typu 1 uszkodzone są komórki trzustki wytwarzające insulinę, co prowadzi do całkowitego zaniku jej produkcji. Bez insuliny glukoza we krwi wzrasta, szczególnie po posiłku, i w efekcie pojawia się w moczu.