

مرض قند ، کام ایرانیان را تلخ کرده است

هرچند که در حال حاضر بیماری دیابت در همه جای دنیا به عنوان یک معضل مطرح می‌شود، اما در کشور ما مشکلات این بیماری به عواملی مربوط می‌شود ...



هرچند که در حال حاضر بیماری دیابت در همه جای دنیا به عنوان یک معضل مطرح می‌شود، اما در کشور ما مشکلات این بیماری به عواملی مربوط می‌شود که اتفاقاً قابل کنترل و جبران است، بی‌اطلاعی و تاخیر در پی بردن به بیماری، چاقی و تغذیه نامناسب، نبود تحرک و مصرف دخانیات در کنار استرس و اضطراب سبب شده آمار این بیماری در کشور رشد صعودی داشته باشد. افزایش شیوع چاقی و اضافه وزن ناشی از کاهش فعالیت جسمی از علل افزایش شیوع دیابت در جهان مطرح می‌شود، هرچند باید بین افراد چاق و افراد دارای اضافه وزن فرق قائل بود و هر فردی که اضافه وزن داشته باشد، لزوماً چاق نیست. با این حال باید به این نکته نیز توجه کرد که به گفته کارشناسان به ازای هر یک کیلو اضافه وزن 5 درصد خطر ابتلا به دیابت نیز افزایش می‌یابد.

به گفته مسوولان وزارت بهداشت در ایران حدود 50 درصد از افراد بزرگسال اضافه وزن دارند.

دیابت در واقع یک اختلال در سوخت و ساز بدن است. در حالت طبیعی، غذا در معده تبدیل به گلوکز یا قند خون می‌شود. قند تولید شده وارد جریان خون می‌شود که پس از آن هورمون انسولین در بدن ترشح می‌شود. این هورمون باعث می‌شود قند از جریان خون وارد سلول‌های بدن شود تا سلول‌ها از این طریق بتوانند تغذیه کنند.

ولی در بیماری دیابت، انسولین به میزان کافی در بدن وجود ندارد یا انسولین موجود قادر نیست تا وظایف خود را به درستی انجام دهد و مقدار آن بالا می‌رود.

دیابت 2 نوع دارد؛ در دیابت نوع یک تولید انسولین به علت از بین رفتن سلول‌های سازنده انسولین، متوقف می‌شود، به همین دلیل افراد مبتلا به این نوع دیابت باید از بدو تشخیص، انسولین مورد نیاز بدن را به صورت تزریقات روزانه تأمین کنند. این نوع دیابت به دیابت جوانی معروف است و اغلب در سنین زیر 30 سال به وجود می‌آید.

اما دیابت نوع دو بیشتر در بزرگسالان دیده می‌شود که در این حالت در واقع بدن به اندازه کافی انسولین ترشح نمی‌کند یا این که انسولین ترشح شده به علت وجود مقاومت سلول‌ها به انسولین مخصوصاً در افراد چاق، فاقد کارایی لازم است.

دکتر علیرضا استقامتی، استاد دانشگاه علوم پزشکی تهران تعداد بیماران مبتلا به دیابت در کشور را در مقایسه با کشورهای همجوار کمتر عنوان می‌کند، اما رشد تقریباً 2 برابری شیوع دیابت در کشور در سال‌های 1378 تا 1386 را هم یادآور می‌شود و نسبت به افزایش قربانیان مبتلا به دیابت به مسوولان نظام سلامت و شهروندان هشدار می‌دهد.

به گفته او تعداد بیماران مبتلا به دیابت در میان جمعیت 25 تا 65 سال ایران، حدود 8/7 درصد است.

به گفته او هر چند بیشتر بیماران مبتلا به دیابت در کشور از نوع دو به شمار می‌آیند و در افراد بالای 40 سال نیز این بیماری بیشتر مشاهده می‌شود، اما متأسفانه سن ابتلا به بیماری دیابت نوع 2 در کشور در حال کاهش است و به نسل جوان نیز رسیده است. به گزارش ایرنا، دکتر استقامتی که در همایش بین‌المللی دیابت در دبي سخن می‌گفت، ادامه می‌دهد: شیوه زندگی نامناسب و استفاده از غذاهای آماده، کم تحرکی، چاقی و اضافه‌وزن از مهم‌ترین عوامل ابتلا به این بیماری در کشور است.

بی‌اطلاعی بیماران

جهان در حال حاضر با یک اپیدمی روبه افزایش بیماری دیابت رو به رو است که این اپیدمی با افزایش متوسط سن، شیوه زندگی، چگونگی تغذیه و پدیده شهرنشینی بی‌ارتباط نیست. در راستای پیشگیری از هزینه‌های سرسام‌آور دیابت، «؛داشتن اطلاعات» و «؛آموزش لازم» ضروری است و به همین دلیل آموزش و پیشگیری در سال‌های 2009 تا 2013 شعار فدراسیون بین‌المللی دیابت اعلام شده است.

بررسی‌ها نشان داده که حدود نیمی از جمعیت کشورها حتی کشورهای پیشرفته، قادر نیستند به عنوان مثال نشانه‌های دیابت را نام ببرند و بسیاری از مبتلایان به دیابت زمانی به پزشک مراجعه می‌کنند که دیابت بر چشم‌ها، کلیه‌ها، قلب و سیستم‌های عصبی‌شان

تأثیر گذاشته است.

متأسفانه اطلاعات عمومی درباره دیابت بسیار کم است به گونه‌ای که در کشورهای صنعتی جهان، از هر دو دیابتی یک نفر از ابتلای خود به دیابت بی‌اطلاع است.

دکتر رجب، رئیس انجمن دیابت ایران با تایید این آمار می‌گوید: این آمار در کشورهای در حال توسعه 5 به 4 است، یعنی از هر 5 فردی که به این بیماری مبتلاست، 4 نفر از 171 قاتل کشنده‌ای که در کمین آنها نشسته، اطلاعی ندارند.

رجب ادامه می‌دهد: بر این اساس آموزش باید از سنین پایین یعنی از سطح مدارس شروع شود و تا مقطع آموزش متوسطه و عالی و حتی بعد از آن ادامه یابد.

بر اساس یک گزارش پزشکی، کنترل مستمر سطح قند خون در حد نزدیک به طبیعی می‌تواند از عوارض دیابت جلوگیری کند و این کنترل تنها از راه آموزش مستمر در مورد دیابت و چگونگی درمان آن که با همکاری مشترک دیابتی و پزشک انجام می‌شود، امکان‌پذیر است.

خاورمیانه، پیشرو در شیوع دیابت

مسوولان بهداشتی کشور ما از این جهت باید نسبت به آموزش و کنترل دیابت در کشور هشیار باشند که سرعت شیوع دیابت در خاورمیانه و از جمله در کشور ما، بیشتر از میانگین جهانی عنوان می‌شود.

کارشناسان اقدامات انجام شده در ایران برای مهار روند گسترش بیماری دیابت را خوب ارزیابی می‌کنند، اما با وجود تمام کارهای صورت گرفته بر اساس بررسی‌ها میزان رشد بیماری قند خون در کشور روند صعودی داشته است.

در آمار سال 1985 عده مبتلایان به دیابت حدود 30 میلیون نفر اعلام شد و سازمان بهداشت جهانی در سال 1991 از یک اپیدمی آشکار دیابت در میان بزرگسالان در جهان خبر داده بود و آمار کنونی صحت این موضوع را اثبات می‌کند.

بر اساس آمار انجمن دیابت ایران، بیش از 8 درصد جمعیت ایران یعنی رقمی بالغ بر 5.5 میلیون نفر به دیابت مبتلایند.