



پیش‌بینی افزایش شیوع دیابت پس از پاندمی کرونا / توصیه اکید وزارت بهداشت به پره‌دیابتی‌ها

معاون دفتر مدیریت بیماری‌های غیرواگیر وزارت بهداشت با اشاره به اینکه هر ۵ ثانیه یک نفر به دلیل عوارض دیابت در دنیا فوت می‌کند، گفت: پس از شیوع کرونا درحال حاضر برآورد و پیش‌بینی‌های ما این است که شیوع دیابت در سال‌های پیش رو افزایش می‌یابد.

معاون دفتر مدیریت بیماری‌های غیرواگیر وزارت بهداشت با اشاره به اینکه هر ۵ ثانیه یک نفر به دلیل عوارض دیابت در دنیا فوت می‌کند، گفت: پس از شیوع کرونا درحال حاضر برآورد و پیش‌بینی‌های ما این است که شیوع دیابت در سال‌های پیش رو افزایش می‌یابد.

دکتر علیرضا مهدوی در گفت‌وگو با ایسنا، همزمان با روز جهانی دیابت، گفت: هفته ملی دیابت از ۲۲ تا ۲۸ آبان با شعار "مراقبت دیابت، امروز بیشتر از همیشه" برگزار می‌شود، بر این اساس شنبه ۲۲ آبان روز دیابت و پیشگیری، یکشنبه ۲۳ آبان روز دیابت و دسترسی بهینه به درمان و مراقبت، دوشنبه ۲۴ آبان روز دیابت و آموزش، سه‌شنبه ۲۵ آبان روز دیابت، انسولین و داروهای خوراکی، چهارشنبه ۲۶ آبان روز دیابت، خودمراقبتی و خودپایشی، پنج‌شنبه ۲۷ آبان روز دیابت و پاندمی کووید-۱۹ و جمعه ۲۸ آبان روز دیابت، تغذیه سالم و فعالیت بدنی نام‌گذاری شده است.

وی افزود: بالا بردن سطح اطلاعات و آگاهی همه مردم دنیا از این بیماری شایع هدف مهم روز جهانی دیابت است.

وی با اشاره به اینکه دو نوع بیمار دیابتی وجود دارد، گفت: دیابت نوع یک بیشتر در کودکان و نوجوانان دیده می‌شود. در این نوع دیابت، بدن دیگر انسولین تولید نمی‌کند و در نتیجه فرد به دیابت نوع اول دچار می‌شود که باید برای ادامه حیات خود اقدام به تزریق انسولین کند. تشنگی، پر ادراری، پرخوری، کاهش وزن ناگهانی و... از علائم دیابت نوع یک است.

او همچنین دیابت نوع دوم را اینگونه توضیح داد: در نوع دوم دیابت، میزان انسولین در بدن کاهش یافته و یا مقاومت سلول‌های بدن به انسولین بالا رفته است. این نوع از دیابت به دلیل کاهش اندک اندک انسولین در بدن و به مرور زمان، بدون علائم بوده و بدن خود را با شرایط ایجاد شده وفق می‌دهد و با گذر زمان و افزایش سن، میزان انسولین کاهش یافته و از ۳۰ سالگی به بعد در افراد شناسایی می‌شود.

وی درباره آمار مبتلایان به دیابت، ادامه داد: تعداد مبتلایان به دیابت در جهان در سال ۲۰۱۹ بیش از ۴۶۳ میلیون بوده است. طبق آمار جدیدی که فدراسیون بین‌المللی دیابت IDF اخیراً اعلام کرده است و در نیمه دوم آذرماه در دهمین ویرایش اطلس دیابت منتشر خواهد شد در سال ۲۰۲۱ تعداد بیماران مبتلا به دیابت از مرز ۵۳۷ میلیون نفر گذشته است. از طرفی متأسفانه تعداد مرگ سالانه ناشی از دیابت که در سال ۲۰۱۹ قریب به ۴.۵ میلیون نفر بوده اکنون به ۶ میلیون و ۷۰۰ هزار نفر رسیده است.

وی با تأکید بر اینکه طی سال‌های اخیر افزایش شیوع بیماری دیابت در جهان، این بیماری را به بزرگترین اپیدمی تاریخ تبدیل کرده است، اظهار کرد: هزینه‌های دیابت در جهان از مرز ۹۶۶ میلیارد دلار گذشته است و هر ۵ ثانیه یک نفر به دلیل دیابت یا عوارض آن فوت می‌شود. طبق یک مطالعه که چند سال قبل انجام شد هزینه‌های سالانه دیابت در کشورمان سالانه ۲.۷۸ میلیارد دلار برآورد شده است.

مهدوی ادامه داد: در کشور ما نیز بر اساس آمار منتشر شده از آخرین مطالعه کشوری در سال ۱۳۹۵ نزدیک به ۱۱ درصد جمعیت بالای ۲۵ سال مبتلا به دیابت بودند (حدوداً ۵.۵ میلیون نفر) که در این میان تعداد افراد مبتلا به دیابت نوع دو بسیار قابل توجه‌تر از مبتلایان به دیابت نوع یک است. از آمار یاد شده ۱۰ درصد را مردان و ۱۱.۵ درصد را زنان تشکیل می‌دهند. آمار ارائه شده مربوط به پیش از پاندمی کووید-۱۹ است؛ درحال حاضر برآورد و پیش‌بینی‌های ما این است که شیوع دیابت در سال‌های پیش رو افزایش می‌یابد.

وی با تأکید بر اهمیت شناسایی بیماران، تصریح کرد: حدود ۷۵ درصد مبتلایان از بیماری خود مطلع هستند. در مورد شناسایی افراد وضعیت و امکانات خوبی داریم و مردم هم برای شناسایی مراجعه می‌کنند. موضوعی که سبب نگرانی می‌شود افراد پره‌دیابتی هستند یعنی کسانی که قندخونشان نه در محدوده بیماران است و نه می‌توان گفت کاملاً سالم هستند؛ در واقع ممکن است عوارض دیابت برای آنها رخ دهد و اینها دیابتی‌های آینده ما هستند. این نقطه دقیقاً جایی است که باید ورود کرده و اقدامات مقتضی را انجام دهیم. افراد دچار پره‌دیابت با کاهش وزن بدن و انجام فعالیت بدنی منظم متابولیسم بدنشان بهتر عمل

می کند و جذب انسولین توسط سلول ها افزایش می یابد. ۱۵۰ دقیقه فعالیت بدنی شدت متوسط در ۳ تا ۵ نوبت در طول هفته برای این افراد لازم است.

او با اشاره به تعریف اصطلاحی جدید درباره بیماری دیابت، بیان کرد: در مورد بیماری مزمن دیابت چیزی به نام درمان نداریم و تنها مراقبت ارائه می شود. کسی که مبتلا به دیابت نوع دو شود دیابتی می ماند؛ اما کسانی که در روزهای نخست مبتلا هستند اگر مداخلاتی مانند کاهش وزن و فعالیت بدنی را جدی بگیرند، در بسیاری از موارد حالشان خوب خواهد بود و بهبود می یابند. بر اساس مطالعات صورت گرفته برای تعداد زیادی از افراد که بیماری هنوز چندان در بدنشان مستقر نشده است، می توان ابتلا به دیابت نوع دو را با اقدامات ذکر شده بین ۱۱ تا ۱۵ سال به تعویق انداخت. متأسفانه چون بیماری های غیرواگیر آرام و بدون علامت رشد می کنند کسی آنها را جدی نمی گیرد.

معاون دفتر مدیریت بیماری های غیرواگیر وزارت بهداشت، ادامه داد: ۱۷ سال است که برنامه های مرتبط با دیابت در نظام سلامت کشور ادغام شده است؛ یعنی خدمات پیشگیری، غربالگری، تشخیص و مراقبت بیماری در سطح یک و دو خدمات ارائه می شود و تقریباً تمام داروهای دیابت (به جز برخی داروهای جدید) تحت پوشش بیمه هستند. انواع انسولین ها نیز تحت پوشش بیمه هستند و ما در دنیا ارزان ترین انسولین را به بیماران ارائه می کنیم و اغلب خدمات مراقبتی تحت پوشش بیمه است. البته در حال تلاش هستیم تا موضوع خودپایشی قندخون نیز در پوشش بیمه قرار گیرد.

او با تأکید بر اهمیت آموزش بیماران، گفت: سالانه حدود ۶ تا ۸ میلیون نفر از نظر جست و جوی دیابت غربالگری می کنیم که هم احتمال حوادث قلبی_عروقی آنها طی ۱۰ سال آینده تعیین می شود و هم وضعیت دیابت، فشارخون و چاقی را در آنها رصد می کنیم. از مردم دعوت می کنم به مراکز ارائه خدمات سطح یک مراجعه کنند و مورد بررسی قرار گیرند.